

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Subyek penelitian ini lansia dengan diagnosa medis *gout arthritis* dengan keluhan nyeri pada lutut sampai ke jari-jari kaki kurang dari 3 bulan. Hasil pemeriksaan skala nyeri 6, pola tidur terganggu, rentang gerak terbatas dalam hal berjalan sehingga klien tidak bebas bergerak.
2. Implementasi terapi relaksasi kompres hangat kayu manis serta edukasi asam urat, dilakukan 4 kali kompres.
3. Terjadi peningkatan status tingkat nyeri ditandai dengan tingkat nyeri menurun menjadi 2, pola tidur meningkat menjadi tidak terganggu, dan rentang gerak meningkat yang dibuktikan dengan klien bebas bergerak ditandai klien berjalan tidak tertatih.
4. Teknik relaksasi kompres hangat kayu manis berhasil untuk menurunkan asam urat dan menurunkan skala nyeri

B. Saran

1. Peneliti/Mahasiswa
Disarankan peneliti selanjutnya pada saat kompres melakukan penutupan bak menggunakan kain sampai permukaan bak tertutup, sehingga tidak terjadi evaporasi yang sangat signifikan. Sebaiknya juga dalam pengukuran suhu air menggunakan termometer agar membuat klien nyaman.
2. Puskesmas Kalibalangan
Disarankan puskesmas meningkatkan penyuluhan mengenai asam urat dan dibarengi teknik relaksasi kompres hangat kayu manis untuk menurunkan asam urat dan nyeri. Tim tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan kunjungan rumah dan posyandu lansia.
3. Pasien dan Keluarga
Diharapkan klien dan keluarga tetap melakukan terapi relaksasi kompres hangat kayu manis secara mandiri, rutin, memanfaatkan fasilitas kesehatan dan mengkonsumsi obat secara teratur