

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis literatur dengan pendekatan *Evidence Based Nursing* dengan PICO melalui *database* yaitu *Google Scholar*, *Researchgate* dan *science direct e-resouces* PNRI serta menggunakan Boolean Operator (*And, Or, Not*) maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan analisis 10 telaah artikel penelitian maka dapat disimpulkan bahwa kompres hangat jahe merah efektif dalam penurunan nyeri sendi terhadap lansia penderita *rheumatoid arthritis*. Hal ini karena jahe merah memiliki kandungan *oleoresin* dan *zinggerol* yang dapat menghambat prostaglandin sehingga terjadi penurunan nyeri sendi.
2. Rata-rata teknik kompres hangat jahe merah dengan cara mengompreskan air hangat jahe merah yang telah diolah dengan cara jahe merah sebanyak 20 gram diparut terlebih dahulu kemudian dicampurkan dengan air yang sudah mendidih sebanyak 200 ml setelah itu peras air pada ampas jahe dan kompreskan menggunakan waslap pada area nyeri.
3. Durasi dan frekuensi dalam pemberian kompres hangat jahe merah ini ada beberapa pendapat, namun peneliti mengambil durasi dan frekuensi yang banyak digunakan dalam penelitian. Pemberian kompres hangat jahe merah dilakukan rata-rata 1 kali perlakuan dalam satu minggu selama 20 menit.

4. Hasil dari telaah artikel penelitian ini dapat dikembangkan standar operasional kompres hangat jahe merah yang dapat dijadikan acuan dalam pelaksanaan terapi kesehatan dalam meminimalisir nyeri sendi pada penderita *rheumatoid arthritis* terhadap lansia.

B. Saran

1. Bagi pelayanan keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif dalam melakukan terapi kesehatan pada kelompok lansia penderita *rheumatoid arthritis* sebagai upaya dalam penurunan nyeri sendi pada penderita *rheumatoid arthritis*.

2. Bagi Panti Werda

Bagi panti werda yang melakukan kompres hangat jahe merah ini dapat digunakan sebagai alternatif dalam penurunan nyeri sendi serta untuk referensi sop dalam pemberian kompres hangat jahe merah tersebut.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adapun saran bagi peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian serupa menggunakan metode penelitian yang berbeda. Selain itu, peneliti selanjutnya mengkaji perbandingan tingkat keefektivitasan kompres jahe merah antara jahe merah segar dengan jahe merah yang direbus terhadap intensitas nyeri pada penderita *rheumatoid arthritis*.