

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Tn. R (62 tahun) dengan *gout arthritis*, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian keperawatan pada Tn. R menunjukkan keluhan utama berupa nyeri sendi akibat *gout arthritis*, terutama pada kaki kanan dan pergelangan tangan kanan. Nyeri dipicu oleh aktivitas berdiri atau berjalan terlalu lama serta konsumsi makanan pantangan. Saat kambuh, klien mengalami nyeri, kaku, rasa panas, kemerahan, pegal, dan pembengkakan pada kaki kanan.
2. Berdasarkan analisis data hasil pengkajian, ditegakkan tiga diagnosa keperawatan, yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis akibat proses inflamasi pada *gout arthritis*, defisit pengetahuan berhubungan dengan kurangnya informasi mengenai pengendalian *gout arthritis*, serta ansietas berhubungan dengan krisis situasional akibat kekambuhan penyakit.
3. Intervensi keperawatan disusun berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Intervensi yang diberikan pada Tn. R meliputi edukasi kesehatan, manajemen nyeri, dan terapi relaksasi, dengan senam ergonomis dimasukkan sebagai bagian dari manajemen nyeri nonfarmakologis.

4. Implementasi keperawatan dilakukan pada tanggal 19 sampai 24 Januari 2026 di rumah klien, setiap pukul 09.00 WIB dengan durasi sekitar 45 menit pada setiap pertemuan. Edukasi kesehatan diberikan pada pertemuan kedua, senam ergonomis dilaksanakan pada pertemuan ketiga sampai keenam, yaitu pada tanggal 21 sampai 24 Januari 2026 secara berturut-turut, dan pada pertemuan terakhir diberikan terapi relaksasi sebagai bagian dari tahap terminasi.
5. Hasil evaluasi keperawatan menunjukkan adanya penurunan skala nyeri selama empat hari pelaksanaan senam ergonomis, yaitu pada hari pertama dari skala 6 menjadi 5, hari kedua dari skala 5 menjadi 4, hari ketiga dari skala 5 menjadi 4, dan hari keempat dari skala 4 menjadi 3. Dengan demikian, masalah nyeri akut teratasi sebagian karena skala nyeri menurun dari 6 menjadi 3; klien tampak lebih nyaman, tubuh terasa lebih ringan, kekakuan sendi berkurang, dan klien mulai mampu mengikuti beberapa gerakan senam secara mandiri. Namun, risiko kekambuhan masih ada apabila faktor pencetus seperti makanan tinggi purin dan aktivitas yang berlebihan tidak dikendalikan.
6. Senam ergonomis dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis pendukung dalam manajemen nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*. Namun, penurunan nyeri pada Tn. R tetap dipahami sebagai hasil dari penatalaksanaan kolaboratif, yaitu kombinasi antara terapi farmakologis yang dikonsumsi klien dan intervensi nonfarmakologis berupa senam ergonomis.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat menjadikan karya ilmiah ini sebagai pengalaman dan pembelajaran dalam menerapkan proses keperawatan gerontik secara komprehensif, mulai dari pengkajian, penetapan diagnosis, penyusunan intervensi, implementasi, hingga evaluasi pada lansia dengan *gout arthritis*. Mahasiswa juga diharapkan mampu menerapkan intervensi nonfarmakologis, seperti senam ergonomis, sesuai kondisi dan kemampuan lansia.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat menjadikan karya ilmiah ini sebagai bahan referensi dalam pengembangan pembelajaran keperawatan gerontik, khususnya terkait penerapan senam ergonomis sebagai intervensi nonfarmakologis berbasis *evidence based practice* pada lansia dengan nyeri sendi akibat *gout arthritis*.

3. Bagi Puskesmas

Puskesmas diharapkan dapat mempertimbangkan penerapan senam ergonomis sebagai terapi komplementer dalam membantu menurunkan nyeri pada lansia dengan *gout arthritis*. Penerapannya perlu dikombinasikan dengan terapi farmakologis sesuai program pengobatan yang telah ditetapkan agar pengelolaan nyeri dapat dilakukan secara optimal. Selain itu, puskesmas juga diharapkan dapat meningkatkan edukasi mengenai pengaturan pola makan,

pemantauan kadar asam urat, pengendalian faktor pencetus, dan latihan fisik ringan yang aman bagi lansia.

