BAB VI
PEMBAHASAN

Pada bab ini peneliti akan membahas tentang hasil penelitian yang telah didapatkan meliputi Karakteristik Responden, Rata-Rata Rentang Gerak Sendi Lutut, Perbedaan Rata-Rata Rentang Gerak Sendi Lutut, Serta Pengaruh Kombinasi Terapi *Sport Massage* dan *Stretching Exercise* Terhadap Rentang Gerak Sendi Lutut Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota.

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Gambaran Karakteristik Responden

Pada penelitian ini rentang usia 60-74 tahun pada kelompok intervensi pada karakteristik responden jenis kelamin kelompok intervensi sebagian besar perempuan dengan 15 responden (65,2%) untuk kelompok kontrol hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan dengan 16 responden (69,6%), jumlah distribusi responden yang memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 31 responden (67,4%), lebih banyak dibandingkan laki-laki sebanyak 15 responden (32,6%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Susarti & Romadhon, (2020) yang menyatakan bahwa keseluruhan pada usia di atas 50 tahun, frekuensi *Rheumatoid Arthritis* lebih banyak terjadi pada wanita (setelah masa menopause) yang menunjukan factor hormonal yang turut berperan pada kejadian *Rheumatoid Arthritis.* Pada karakteristik berat badan menunjukkan kesetaraan yaitu rata-rata kelompok intervensi adalah 62,77 kg, dan pada rata-rata kelompok kontrol adalah 62,17 kg. Hal ini sejalan dengan penelitian Syam, (2022) yang menyatakan ada hubungan antara berat badan dengan kejadian *Rheumatoid Arthritis.*

Untuk kateristik pekerjaan didapatkan pada kelompok intervensi sebagian 18 responden (78,2%) yang bekerja dan 5 responden (21,7%)

tidak bekerja. Sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar 16 responden (69.5%) yang bekerja sedangkan 7 responden (30,4%) tidak bekerja. Penelitian ini sejalan dengan Richter, (2018) menyatakan bahwa sebagian besar responden yang bekerja memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dan kontrol yang rendah dibandingkan orang yang tidak bekerja. Hal tersebut membuat responden sering mengeluhkan bahwa nyeri akan muncul saat melakukan aktivitas sehari-hari sehingga mereka mengurangi kegiatannya apalagi mayoritas responden yang ada diwilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu adalah seorang pedagang.

2. Gambaran Rata-Rata Skor Rentang Gerak Sendi Lutut Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Terapi Intervensi *Sport Massage* & *Stretching Exercise* dan Kontrol Range of Motion (ROM)

Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum diberikan perlakuan, diperoleh bahwa nilai rata-rata rentang gerak sendi pada gerakan ekstensi kelompok intervensi adalah -12,52° dan kelompok kontrol -11,13° dengan nilai p = 0,749. Sedangkan pada gerakan fleksi, rata-rata kelompok intervensi adalah 92,91° dan kelompok kontrol 93,96° dengan nilai p = 0,672. Hal ini menunjukan tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistic antara kelompok intervensi dan kontrol sebelum dilakukan perlakuan. Artinya, karakteristik awal rentang gerak sendi kedua kelompok berada dalam kondisi yang setara, sehingga valid untuk dilakukan perbandingan setelah intervensi.

Setelah dilakukan perlakuan selama 3 minggu : ekstensi pada kelompok intervensi meningkat menjadi -2,43° jauh lebih baik dibandingkan kelompok kontrol yaitu -8,17°. Fleksi meningkat menjadi 109,65° pada kelompok intervensi, sedangkan kelompok kontrol hanya mencapai 99,13°. Peningkatan ini menunjukan terdapat perbedaan yang signifikan dalam perbaikan rentang gerak sendi lutut setelah dilakukan terapi kombinasi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Temuan ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh

Nurmaya., (2023) tentang Pengaruh Manipulasi Sport Massage Terhadap Intensitas Nyeri yang telah dilakukan.

3. **Perbedaan Rata-Rata Skor Rentang Gerak Sendi Lutut Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Terapi Intervensi *Sport Massage* & *Stretching Exercise* dan Kontrol Range of Motion (ROM)**

Berdasarkan hasil analisis uji statistic menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, terdapat perbedaan yang signifikan antara median rentang gerak sendi lutut ekstensi dan fleksi sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi terapi *sport massage* dan *stretching exercise* pada kelompok intervensi, dengan nilai p = 0,0001 (p < 0.05). Nilai median rentang gerak lutut ekstensi sebelum perlakuan adalah -11° meningkat menjadi -2° setelah perlakuan. Sedangkan nilai median rentang gerak lutut fleksi meningkat dari 94° menjadi 113°. Hal ini menunjukan bahwa intervensi kombinasi terapi yang dilakukan secara konsisten selama tiga minggu memberikan dampak yang nyata terhadap peningkatan fleksibilitas dan mobilitas sendi lutut pada lansia penderita *Rheumatoid Arthritis*. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan *sport massage* mampu merelaksasi otot (Priyambada, 2021) meningkatkan aliran darah (Saputro, 2022). Sedangkan *stretching exercise* meningkatkan fleksibilitas otot, serta mempertahankan rentang gerak sendi (ROM) secara optimal, kombinasi dari kedua intervensi ini terbukti efektif dalam meningkatkan fungsi sendi lutut.

Berdasarkan hasil analisis uji statistic *Mann-Whitney*, diperoleh nilai p = 0,0001 baik untuk gerakan ekstensi maupun fleksi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari pemberian kombinasi terapi *sport massage* dan *stretching exercise* terhadap peningkatan rentang gerak sendi lutut pada lansia dengan *Rheumatoid Arthritis*. Pada kelompok intervensi, median peningkatan rentang gerak lutut ekstensi adalah 8° (rentang 0-24°), sedangkan pada kelompok kontrol hanya 0° (rentang 0-

13°). Sementara untuk rentang gerak lutut fleksi, kelompok intervensi menunjukkan peningkatan media sebesar 18° (rentang -3-33°), sedangkan pada kelompok kontrol tetap pada median 0° (rentang 0-25°).

Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi terapi *sport massage* dan *stretching exercise* berkontribusi secara nyata terhadap peningkatan mobilitas sendi lutut dibandingkan kelompok yang tidak menerima perlakuan aktif. Hasil tersebut diperkuat oleh perbedaan signifikan yang konsisten dalam hasil uji statistic, menunjukkan bahwa intervensi memiliki efektivitas klinis yang tinggi.

B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang berjudul "Pengaruh Kombinasi Terapi *Sport Massage* dan *Stretching Exercise* Terhadap Rentang Gerak Sendi Lutut Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu". Memiliki beberapa kelemahan diantaranya :

1. Pada saat mengambil sampel diperlukan upaya yang susah untuk mencari alamat rumah responden dikarenakan penelitian dengan sistem *door to door* karena keterbatasan alamat yang tertera di buku register data Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu
2. Pada saat melakukan penelitian, peneliti harus sabar dalam menjelaskan dan memberikan pemahaman kepada lansia mengenai terapi tindakan yang akan diberikan.
3. Peneliti tidak dapat mengatur makanan, minuman, tingkat stress serta aktivitas yang dilakukan oleh responden yang mungkin berdampak pada *rheumatoid arthritis* responden.
4. Intervensi tidak dilakukan secara serentak, sehingga dapat mempengaruhi keakuratan pengukuran serta hasil yang diperoleh.
5. Sampel penelitian ini berjumlah 46 orang responden.