

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

Gaya hidup pasien mempengaruhi tingkat osteoarthritis dengan t hitung lebih besar daripada t tabel ($3,511 > 0,00029$).

B. Saran

1. Bagi peneliti

Diharapkan peneliti dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai swamedikasi terkait penyakit osteoarthritis dan melakukan penelitian di wilayah yang lebih luas.

2. Bagi penderita

Bagi penderita sebaiknya melakukan aktivitas fisik antara lain jalan kaki dan senam lansia minimal 3 kali dalam seminggu dengan durasi 30 menit. Selain itu perlu melakukan segala tindakan pencegahan osteoarthritis antara lain pemeriksaan kepadatan tulang secara berkala.