

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang dilakukan hanya periode tertentu yaitu selama satu bulan (September – Oktober 2024) berjudul “Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Keparahan *Osteoarthritis Genu* pada Pasien di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2024” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Diketahui distribusi frekuensi tingkat keparahan *osteoarthritis genu* paling banyak pada kategori sedang sebanyak 29 orang (41,4%), diikuti oleh kategori berat sebanyak 22 orang (31,4%) dan kategori ringan 19 orang (27,1%).
2. Diketahui distribusi frekuensi Indeks Massa Tubuh (IMT) pada pasien *osteoarthritis genu* sebanyak 36 orang (51,4%) dalam kategori gemuk dan 34 orang (48,6%) dalam kategori normal.
3. Diketahui distribusi frekuensi aktivitas fisik pada pasien *osteoarthritis genu* banyak terjadi pada kategori sedang yaitu sebanyak 29 orang (41,4%), kategori berat sebanyak 21 orang (30,0%), dan kategori ringan 20 orang (28,6%).
4. Diketahui terdapat hubungan signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan aktivitas fisik dengan tingkat keparahan *osteoarthritis genu* pada pasien di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa saran yang dapat diberikan peneliti, antara lain:

1. Bagi tenaga kesehatan agar dapat memberikan edukasi mengenai pentingnya pengelolaan berat badan dan aktivitas fisik dalam mencegah atau mengurangi gejala *osteoarthritis genu* kepada setiap pasien yang datang terapi.
2. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti merekomendasikan penambahan variabel lain terkait progresivitas *osteoarthritis genu* agar peneliti selanjutnya menemukan temuan yang lebih komprehensif. Dengan menambah variabel seperti usia, genetik, jenis kelamin, riwayat cedera, dan penyakit komorbid lainnya dapat memberikan wawasan lebih mendalam terkait penyakit *osteoarthritis genu*.
3. Bagi peneliti selanjutnya, untuk melakukan penelitian dengan periode yang lebih lama atau jangka panjang dikarenakan kondisi dan gaya hidup pasien dapat berubah dari waktu ke waktu, penelitian jangka panjang tersebut dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif.
4. Bagi peneliti selanjutnya, agar menggunakan *weight bearing activity* sebagai *tools* untuk menilai aktivitas fisik pada pasien *osteoarthritis genu* yang dapat memberikan temuan yang lebih komprehensif terkait aktivitas fisik yang dilakukan pasien sehari-hari.