

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan :

- a. Pemeriksaan fisioterapi yang dapat dilakukan pada kasus osteoarthritis genu adalah pemeriksaan nyeri, lingkup gerak sendi, kekuatan otot. Tes khusus seperti *varus test*, *valgus test*, *apley compression* dan *apley distraction test* untuk menegakkan diagnosis fisioterapi mengenai keluhan yang dirasakan.
- b. Problematika utama pada kasus osteoarthritis genu adalah nyeri gerak dan nyeri tekan pada lutut, keterbatasan ROM ke arah fleksi, adanya penurunan kekuatan otot *quadriceps* dan *hamstring*.
- c. Intervensi fisioterapi pada kasus osteoarthritis genu adalah TENS, US dan *Hold Relax Exercise*.
- d. Hasil dari pemberian modalitas TENS, US dan *Hold Relax Exercise* pada kasus osteoarthritis genu adalah penurunan nyeri, peningkatan ROM *knee*, peningkatan kekuatan otot *quadriceps* dan *hamstring* dan penurunan skor WOMAC.

#### **V.2 Saran**

- a. Pasien
  - 1) Pasien disarankan untuk mengurangi aktivitas yang berlebihan seperti berjalan terlalu jauh dan berdiri lama.
  - 2) Pasien bisa menggunakan alat bantu seperti deker knee untuk mempermudah aktivitas sehari-sehari.

- b. Keluarga

Disarankan keluarga pasien mendukung dalam proses penyembuhan dan mengawasi serta mengingatkan pasien untuk selalu melatih kekuatan otot kaki dan mengingatkan pasien untuk mengurangi aktivitas yang terlalu berat.

c. Fisioterapis

Bagi fisioterapis untuk selalu senantiasa meningkatkan keilmuan, sehingga untuk mengidentifikasi masalah-masalah yang dapat muncul pada penderita dapat memberikan intervensi fisioterapi dengan tepat serta memberikan home program yang tepat untuk pasien agar mampu mengurangi keluhan dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

d. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya lebih di siapkan intervensi dan program latihan yang tepat berdasarkan probelmatika yang di temukan.