

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Karya tulis ilmiah akhir ini merupakan studi kasus pada kondisi yaitu post-op rekonstruksi anterior cruciatum ligament di Dewa United FC dengan kesimpulan bahwa :

- a. Pengukuran pada nyeri menggunakan NRS , pengukuran pada kekuatan otot menggunakan Manual Muscle Testing, pengukuran lingkup gerak sendi menggunakan ROM (ISOM), dan pengukuran lingkaran tungkai menggunakan antropometri.
- b. Problematika yang terjadi pada post-op rekonstruksi anterior cruciatum ligament fase 3 berupa adanya nyeri, penurunan kekuatan otot, penurunan lingkup gerak sendi, dan pengecilan massa otot (atrofi otot).
- c. Intervensi yang dilakukan berupa Close Kinetik Chain Exercise yang bertujuan untuk memperkuat otot-otot disekitar lutut yang dapat mempengaruhi adanya nyeri, keterbatasan lingkup gerak sendi, penurunan kekuatan otot dan pengecilan massa otot.
- d. Evaluasi yang didapatkan setelah melakukan pemberian intervensi menggunakan close kinetic chain exercise adalah dengan adanya penurunan nilai skala nyeri, peningkatan kekuatan otot, peningkatan lingkup gerak sendi, dan pengurangan atrofi otot.

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

- a. Bagi Pasien

Diharapkan pasien dapat menghindari aktivitas-aktivitas yang dapat memperburuk keadaan pasien, patuhi program rehabilitasi yang diberikan oleh fisioterapis, dan menjalani home program edukasi yang diberikan.

- b. Bagi peneliti selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk dapat melakukan penelitian lanjutan dengan metode eksperimental untuk melihat atau efek dari latihan close kinetic chain pada kondisi ini untuk menurunkan nyeri.

c. Bagi fisioterapis.

Bagi fisioterapis latihan close kinetic chain dapat menjadi pilihan intervensi pada kondisi post-op rekonstruksi anterior cruciatum ligament untuk mengurangi nyeri, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan lingkup gerak sendi, dan mengurangi atrofi otot

## DAFTAR PUSTAKA

- D. Maralisa and S. I. Lesmana, "Penatalaksanaan Fisioterapi pada Rekonstruksi Anterior Cruciate Knee Dextra Hamstring Graft," *Indones. J. Physiother. Res. Educ.*, vol. 14, no. 1, pp. 1-6, 2020.
- Putri R. A. C. D. K., *PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI POST-OP REKONSTRUKSI ANTERIOR CRUCIATUM LIGAMENT FASE 2*  
UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, D3 Fisioterapi  
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]