

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dipaparkan di atas pemeriksaan fisioterapi yang dapat dilakukan pada kasus *plantar fasciitis* adalah tes khusus seperti *windlass test* untuk menegakkan diagnosa fisioterapi mengenai keluhan yang dirasakan. Problematic utama pada *plantar fasciitis* adalah nyeri gerak dan tekan pada *ankle dextra* dan adanya penurunan kekuatan otot *ankle dextra*.

Intervensi fisioterapi pada kasus *plantar fasciitis* adalah *stretching* dan *calf exercise*. Hasil dari evaluasi *stretching* dan *calf exercise* dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan kekuatan otot adalah penurunan nyeri tekan, nyeri gerak pada *ankle dextra*, dan peningkatan kekuatan otot *gastrocnemius* dan *tibialis anterior*.

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

a. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat mempersiapkan dan memperhatikan waktu dan tempat pengambilan data penelitian tanpa mengganggu kenyamanan.

b. Bagi Pasien

Diharapkan untuk pasien untuk hindari aktivitas yang dapat memperburuk nyeri, patuhi program rehabilitasi yang diberikan oleh fisioterapis, dan menjalani *home program*/edukasi yang diberikan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengkonfirmasi serta evaluasi mengenai efektivitas, dan membandingkan hasil penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *plantar fasciitis*. Selain itu, juga diharapkan dapat menjadikan hasil dari penelitian ini untuk referensi dan pengembangan penelitian lainnya.