

BAB V

Penutup

V.1 Kesimpulan

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

- a. Pengukuran pada nyeri menggunakan NRS, pengukuran pada kekuatan otot menggunakan Dynamometer, pengukuran lingkup gerak sendi menggunakan ROM (ISOM), dan pengukuran lingkup tungkai menggunakan antropometri.
- b. Problematika yang terjadi pada post-op rekonstruksi anterior cruciatum ligament fase 1 berupa adanya nyeri, penurunan kekuatan otot, penurunan lingkup gerak sendi, dan pengecilan massa otot (atrofi otot).
- c. Intervensi yang dilakukan berupa TENS, Heel Slide, Hamstring Isometric, Quadriceps Setting yang bertujuan untuk memperkuat otot-otot disekitar lutut seperti hamstring dan quadriceps mengurangi nyeri, peningkatan lingkup gerak sendi, penurunan kekuatan otot dan pengecilan massa otot.
- d. Evaluasi yang didapatkan setelah melakukan pemberian intervensi menggunakan TENS, Heel Slide, Hamstring Isometric, Quadriceps Setting adalah 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 Isometric Quadriceps pada kondisi ini untuk menurunkan nyeri dan meningkatkan lingkup gerak sendi.

c. Bagi fisioterapis.

Bagi fisioterapis latihan Isometric Quadriceps 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