

BAB 5

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

1. Pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan terhadap pasien mencakup anamnesis, pemeriksaan fisik, serta penilaian terfokus yang meliputi evaluasi nyeri melalui VAS, penilaian rentang gerak (ROM) menggunakan *goniometer*, evaluasi kekuatan otot melalui uji kekuatan otot MMT, dan pemeriksaan kemampuan fungsional menggunakan Indeks WOMAC.
2. Problematik fisioterapi ditemukan pada pasien ini meliputi adanya nyeri tekan dan nyeri gerak pada lutut kanan, rentang gerak terbatas, kekuatan otot berkurang pada otot *quadriceps* dan otot *hamstring*, serta tantangan fungsional seperti kesulitan berjalan jarak jauh dan menaiki tangga.
3. Intervensi fisioterapi yang diberikan meliputi TENS untuk meredakan nyeri berdasarkan teori kontrol gerbang, *Ultrasound* untuk memberikan manfaat termal dan mekanis guna meningkatkan metabolisme jaringan, serta program terapi latihan yang mencakup latihan isometrik dan latihan rentang gerak sendi untuk meningkatkan stabilitas dan fleksibilitas lutut
4. Evaluasi intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan, ditandai dengan penurunan tingkat nyeri gerak, peningkatan rentang gerak fleksi lutut, peningkatan kekuatan otot *quadriceps* dan *hamstring*, serta peningkatan kemampuan fungsional yang ditunjukkan oleh penurunan skor indeks WOMAC.

5.2. Saran

Keterbatasan yang berdasarkan dalam studi kasus ini, penulis memberikan saran – saran sebagai berikut:

- a. Memperpanjang durasi terapi: Mengingat intervensi hanya terbatas pada empat sesi, disarankan agar program fisioterapi dilakukan

dalam jangka waktu yang lebih lama. Penyesuaian ini sangat penting untuk memastikan bahwa peningkatan fungsi dan kekuatan otot mencapai hasil terbaik dan paling stabil, sehingga memungkinkan penilaian yang lebih akurat terhadap efektivitas jangka panjang dari metode TENS, *Ultrasound*, dan latihan. Pengawasan yang lebih baik terhadap program latihan di rumah: Untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan pemantauan kepatuhan pasien, mekanisme kontrol yang lebih ketat harus ditetapkan, seperti membuat buku catatan latihan atau melibatkan pengasuh pasien secara aktif. Pengawasan ini sangat penting karena kepatuhan pasien terhadap program di rumah memainkan peran penting dalam tingkat pengurangan nyeri dan pencapaian kekuatan otot yang maksimal.