

BAB V PENUTUP

V.1 Kesimpulan

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

- a. Pemeriksaan fisioterapi yang dapat dilakukan pada kasus osteoarthritis genu dextra adalah pemeriksaan nyeri, lingkup gerak sendi, kekuatan otot, dan fungsional menggunakan WOMAC. Tes khusus seperti varus/valgus test, clarkes test, fluctuaction test, dan pemeriksaan penunjang untuk menegakkan diagnosis fisioterapi mengenai keluhan yang dirasakan.
- b. Problematika utama pada kasus osteoarthritis genu dextra 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 dextra adalah US, latihan isometrik, dan heel slide. Hasil dari pemberian modalitas US, latihan isometrik, dan heel slide pada kasus osteoarthritis genu adalah penurunan nyeri, peningkatan ROM knee, peningkatan kekuatan otot quadriceps dan hamstring dan penurunan skor WOMAC kemampuan fungsional pasien mengalami peningkatan.
- d. Evaluasi Fisioterapi pada kasus osteoarthritis genu dextra adalah menunjukkan perkembangan yang positif pada pasien. Terjadi penurunan tingkat nyeri, adanya peningkatan kekuatan otot, peningkatan lingkup gerak sendi, 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-hari.

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. Fisioterapi

Bagi seorang fisioterapis, memperdalam ilmu dan terus memperbarui pengetahuan bukan sekadar kewajiban profesional—ini adalah bentuk kepedulian nyata terhadap kesejahteraan pasien. Dengan pemahaman yang semakin tajam, fisioterapis dapat mengenali berbagai permasalahan yang mungkin muncul pada individu yang mengalami gangguan gerak atau nyeri, lalu merancang intervensi yang tepat dan penuh empati. Tak hanya itu, memberikan program latihan mandiri (home program) yang sesuai juga menjadi bagian penting dari proses penyembuhan. Program ini memberi pasien kendali atas tubuhnya sendiri, membantu meredakan keluhan, dan perlahan mengembalikan kemampuan mereka untuk menjalani hidup secara lebih nyaman, mandiri, dan bermakna.

d. Peneliti Selanjutnya

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