

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan dari hasil studi kasus diatas, didapatkan. Kesimpulan :

- a. Pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan pada pasien dengan kondisi *Osteoarthritis Knee* meliputi, palpasi, kekuatan otot (MMT), Pemeriksaan Gerak Aktif yang meliputi pola gerakan dan AROM, pemeriksaan gerak pasif yang meliputi *end feel* dan PROM, pemeriksaan isometrik, pemeriksaan ROM, tes khusus yaitu, Mc Murray, Krepitasi, Varus & valgus Tes dan pengukuran *Skala Jette*.
- b. Pada problematik fisioterapi yang di dapat dari penelitian diatas antara lain, terdapat krepitasi, terdapat oedema di quadriceps bagian medial, adanya nyeri tekan di bagian medial knee dextra dan nyeri gerak pada gerakan menekuk lalu diluruskan pada knee dextra, keterbatasan LGS aktif dan pasif pada saat gerakan fleksi, dan penurunan kekuatan Otot Knee Dextra.
- c. Intervensi yang diberikan pada kasus *Osteoarthritis Knee Dextra* antara lain, TENS, *exercise* berupa *Quadset*, *Seated Leg Press*, dan *Heel Slide*
- d. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan nyeri pada lutut kanan (knee dextra), peningkatan lingkup gerak sendi (LGS) lutut kanan, berkurangnya edema pada otot quadriceps, serta meningkatnya kekuatan otot.

## **V.2 Saran**

### **V.2.1 Bagi Fisioterapis**

Sebagai fisioterapis, diperlukan ketelitian dalam menjalankan pemeriksaan sesuai prosedur yang benar, serta kemampuan untuk menggali informasi lebih mendalam dari pasien sebelum melakukan tindakan fisioterapi. Hal ini bertujuan untuk memastikan penetapan diagnosis dan pemilihan modalitas terapi yang sesuai pada pasien dengan nyeri lutut kanan, sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih optimal.

### **V.2.2 Bagi Pasien dan Keluarga Pasien**

Pasien disarankan untuk menghindari aktivitas yang dapat memperburuk kondisi, seperti berjalan dalam jarak jauh, berdiri dalam waktu lama, serta naik turun tangga. Sebagai alternatif, pasien dianjurkan melakukan aktivitas fisik seperti bersepeda dan berenang. Keterlibatan aktif dan dukungan motivasional dari keluarga sangat penting untuk mempercepat proses pemulihan pasien.

### **V.2.3 Bagi Masyarakat**

Segera memeriksakan diri ke tenaga kesehatan apabila muncul gejala nyeri. Bagi pasien yang telah didiagnosis mengalami osteoarthritis lutut, dianjurkan untuk rutin melakukan latihan-latihan yang direkomendasikan oleh tenaga medis.