

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Penatalaksanaan fisioterapi pada kasus Hernia Nucleus Pulposus (HNP) Cervical segmen C5-C6 pada pasien perempuan usia 54 tahun menunjukkan keberhasilan melalui pendekatan yang komprehensif. Berdasarkan tujuan penelitian, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

- a. Jenis pemeriksaan spesifik fisioterapi yang digunakan meliputi anamnesis, pemeriksaan nyeri dengan VAS, pemeriksaan lingkup gerak sendi (LGS) menggunakan goniometer dan inklinometer, pemeriksaan kekuatan otot dengan MMT, serta evaluasi aktivitas fungsional menggunakan Neck Disability Index (NDI). Dan tes khusus seperti Spurling test, Valsava test, dan Quadrant test juga dilakukan untuk mengonfirmasi adanya iritasi saraf servikal.
- b. Problematika fisioterapi yang ditemukan pada pasien ini adalah nyeri menjalar dari leher ke lengan kiri, spasme otot upper trapezius, keterbatasan gerak terutama pada fleksi, ekstensi, dan lateral fleksi sinistra, kelemahan otot servikal, serta penurunan fungsi aktivitas sehari-hari.
- c. Intervensi fisioterapi yang diberikan meliputi modalitas elektroterapi seperti Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) dan Ultrasound Therapy (US), serta terapi latihan berupa *neck stretching*, *chin tuck exercise*, dan *isometric neck exercise*. Intervensi ini dilakukan dalam empat sesi terapi.
- d. Hasil yang dicapai antara lain penurunan nyeri secara signifikan, peningkatan lingkup gerak sendi leher, peningkatan kekuatan otot terutama pada fleksi dan ekstensi, serta perbaikan skor NDI dari disabilitas sedang menjadi ringan.

V.2 Saran

Diharapkan pasien dapat secara teratur melaksanakan program latihan yang telah diberikan oleh fisioterapis di rumah. Selain itu, penting bagi keluarga pasien untuk memberikan dukungan dan motivasi agar pasien tetap semangat dan disiplin dalam menjalani latihan tersebut. Keluarga bisa membantu dengan memastikan pasien melakukan latihan dengan benar dan sesuai jadwal. Dengan adanya dukungan dari keluarga dan keteraturan dalam latihan, diharapkan pemulihan pasien dapat berjalan optimal dan mengurangi gejala yang muncul akibat HNP cervical.