

## BAB V

### PENUTUP

#### V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

- a. Intervensi berupa *Ultrasound, Towel Stretching, Calf Raises*, serta *Myofascial Release (rolling ball)* dapat mengurangi nyeri pada pasien dengan kondisi *plantar faciitis*.
- b. Pada pasien dengan kondisi *plantar faciitis*, pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan meliputi : pemeriksaan spasme, pemeriksaan fungsi gerak dasar pada gerak aktif, pasif, dan melawan tahanan, pemeriksaan skala nyeri, pemeriksaan *Range of Motion* pada gerak aktif dan pasif, pemeriksaan sensibilitas, pemeriksaan kekuatan otot (MMT), pemeriksaan spesifik yakni *Windlass test*, serta pemeriksaan aktivitas fungsional menggunakan instrumen *Foot and Ankle Ability Measure (FAAM)*.
- c. Problematik fisioterapi yang ditemukan meliputi: adanya nyeri diam, nyeri gerak pada saat gerakan *dorsifleksi* dan berjalan, nyeri tekan pada area kedua tumit, spasme otot bokong sisi *dextra* sebagai kompensasi pola berjalan, keterbatasan lingkup gerak sendi pada gerakan *dorsifleksi* kedua *ankle*, serta penurunan kekuatan otot *dorsiflexor dextra* dan *sinistra*.
- d. Intervensi fisioterapi yang diberikan pada pasien dengan *plantar faciitis* bilateral yakni: *Ultrasound, Towel Stretching, Calf Raises*, serta *Myofascial Release (rolling ball)*.
- e. Evaluasi setelah dilakukannya tiga kali sesi terapi menunjukkan adanya penurunan nyeri (VAS) pada kondisi diam, gerak, dan tekan. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi *dorsifleksi* pada kedua *ankle*, dan peningkatan kekuatan otot (MMT) *dorsiflexor*, serta peningkatan skor fungsional FAAM.

## V.2 Saran

Diharapkan penelitian terkait kasus *plantar faciitis* ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengeksplorasi efektivitas berbagai modalitas fisioterapi, khususnya pada pasien dengan karakteristik keluhan dan tingkat keparahan yang berbeda. Penelitian selanjutnya disarankan agar dapat memperpanjang durasi intervensi untuk melihat efek jangka panjang terapi, mempertimbangkan pendekatan intervensi multidisipliner secara konsisten, serta melibatkan peran keluarga dalam mendukung kepatuhan pasien terhadap latihan dan edukasi mandiri di rumah guna mengoptimalkan hasil terapi.