

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

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

- a. Intervensi berupa *Infra Red*, *Ultrasound*, dan *Myofascial Release* dapat mengurangi nyeri pada pasien dengan kondisi *Myofascial Trigger Point Syndrome Otot Upper trapezius*.
- b. Pada pasien dengan kondisi *Myofascial Trigger point syndrome otot upper trapezius*, pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan meliputi: pemeriksaan spasme, pemeriksaan nyeri, pemeriksaan kekuatan otot (MMT), pemeriksaan fungsi gerak dasar aktif, pasif dan isometrik atau melawan tahanan, pemeriksaan aktivitas fungsional menggunakan instrumen *Neck Disability Indeks* (NDI)
- c. Manfaat dari intervensi fisioterapi berupa *Infra Red*, *Ultrasound* dan *Myofascial Release*, efektif untuk menurangi nyeri, mengurangi spasme, meningkatkan lingkup gerak sendi, meningkatkan kekuatan otot, pada pasien dengan kondisi *myofascial trigger point syndrome otot upper trapezius*.
- d. Problematika fisioterapi yang terjadi pada kondisi *myofascial trigger point syndrome otot upper trapezius* adanya spasme pada otot *upper trapezius* dan *levator scapula*, adanya nyeri diam, nyeri gerak pada saat gerakan *fleksi neck*, *rotasi neck sinistra*, *lateral fleksi sinistra*, *fleksi shoulder dextra* dan *abduksi shoulder dextra*, adanya keterbatasan lingkup gerak sendi pada saat gerakan *fleksi neck*, *rotasi neck sinistra*, *lateral fleksi sinistra*, *fleksi shoulder dextra* dan *abduksi shoulder dextra*, dan penurunan aktivitas fungsional.
- e. Evaluasi pada pasien dengan kondisi *myofascial trigger point syndrome otot upper trapezius* setelah dilakukanya terapi empat kali pertemuan

menunjukkan adanya penurunan nyeri diam, nyeri gerak dan nyeri tekan yang diukur menggunakan (VAS). Adanya peningkatan lingkup gerak

- f. sendi *fleksi neck, rotasi neck sinistra, lateral fleksi sinistra, fleksi shoulder dextra* dan *abduksi shoulder dextra* diukur menggunakan goniometer, peningkatan kekuatan otot yang diukur dengan (MMT) *fleksi neck, rotasi neck sinistra, lateral fleksi sinistra, fleksi shoulder dextra* dan *abduksi shoulder dextra*, dan peningkatan skor pada pemeriksaan aktivitas fungsional (NDI).

V.2 Saran

Berdasarkan dari hasil temuan pada kondisi *myofascial trigger point syndrome* otot *upper trapezius*, diharapkan penelitian untuk dapat mengkaji lebih dalam terkait beberapa aspek pemahaman pada kondisi *myofascial trigger point syndrome*, mengingat ilmu pada bidang kesehatan salah satunya gangguan muskuloskeletal terus mengalami perkembangan, maka pada penelitian lebih lanjut sangatlah diperlukan untuk memperdalam pemahaman dan memperbaharui pendekatan pelaksanaan pada kondisi ini. Agar pemberian intervensi fisioterapi dapat lebih efektif, inovatif, berbasis *evidence based* guna meningkatkan kualitas hidup pasien secara menyeluruh.