

BAB V

PENUTUP

V.1. Kesimpulan

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

- a. Pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan meliputi: pengukuran nyeri menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS), pemeriksaan lingkup gerak sendi aktif dan pasif, pemeriksaan spasme otot, kekuatan otot menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT), serta pemeriksaan khusus seperti *painful arc test*, *apley scratch test*, dan *subacromial push button*. Selain itu, dilakukan juga penilaian fungsi aktivitas menggunakan instrumen *Shoulder Pain and Disability Index* (SPADI).
- b. Problematik fisioterapi yang ditemukan pada pasien mencakup: nyeri diam dan nyeri gerak terutama saat melakukan abduksi, endorotasi, dan ekorotasi; nyeri tekan di area bahu kanan; keterbatasan lingkup gerak aktif dan pasif; spasme otot; serta kelemahan otot-otot sekitar bahu kanan yang menyebabkan gangguan aktivitas fungsional pasien.
- c. Intervensi fisioterapi yang diberikan meliputi penggunaan modalitas *ultrasound*, latihan *finger walk*, teknik *hold relax*, serta teknik *Mobilization With Movement* (MWM). Intervensi ini diberikan secara bertahap selama tiga sesi terapi.
- d. Evaluasi hasil terapi menunjukkan adanya penurunan nyeri pada kondisi diam, gerak, dan tekan sebesar 2 tingkat pada skala VAS, peningkatan lingkup gerak sendi (fleksi, abduksi, ekorotasi, dan endorotasi) sebesar 5–10°, peningkatan kekuatan otot bahu kanan hingga mencapai grade 4 pada MMT, serta penurunan skor SPADI dari 59% menjadi 48%, yang menandakan perbaikan aktivitas fungsional pasien.

V.2. Saran

Penelitian mengenai penatalaksanaan fisioterapi pada kasus *Frozen Shoulder et causa Bursitis* diharapkan dapat terus dikembangkan agar bisa mengetahui lebih jauh tentang manfaat dari berbagai kombinasi modalitas terapi seperti *ultrasound, finger walk, hold relax, dan mobilization with movement*. Penelitian selanjutnya bisa mempertimbangkan pasien dengan keluhan dan tingkat keparahan yang berbeda, agar hasilnya bisa lebih luas diterapkan. Selain itu, penting juga untuk memperpanjang waktu intervensi agar efek terapi jangka panjang bisa terlihat dengan lebih jelas. Peran keluarga juga sebaiknya dilibatkan, baik untuk memberikan semangat maupun membantu pasien dalam melakukan latihan mandiri di rumah. Dukungan ini bisa meningkatkan kepatuhan latihan dan mempercepat proses pemulihan. Disarankan juga agar dibuat panduan latihan sederhana yang mudah dipahami dan bisa dilakukan sendiri oleh pasien. Evaluasi rutin secara berkala juga penting dilakukan untuk melihat perkembangan kondisi pasien dan menyesuaikan program terapi jika diperlukan.