

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan karya tulis ilmiah dengan metode studi kasus pada *post-op meniscus repair* fase 1 dapat disimpulkan bawah :

- a. Pada kasus *post-op meniscus* fase 1 dilakukan pengukuran nyeri diam, nyeri tekan, nyeri gerak menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*, menggunakan antropometri untuk pengukuran oedema, pengukuran lingkup gerak sendi dengan *ISOM*, dan pengukuran kekuatan otot dengan *Manual Muscle Testing*.
- b. Problematika yang ditemukan pada kasus ini adalah terdapat nyeri gerak saat gerakan fleksi dan ekstensi, terdapat perbedaan lingkaran lutut dan penurunan massa otot disekitar sendi lutut, adanya keterbatasan lingkup gerak sendi saat fleksi lutut, penurunan kekuatan otot di sekitar sendi lutut.
- c. Intervensi fisioterapi yang diberikan berupa modalitas *ultrasound*, terapi latihan yaitu *quadriceps setting*, *hamstring setting*, *heel slide* dengan tujuan mengurangi nyeri, meningkatkan lingkup gerak sendi, serta meningkatkan kekuatan otot.
- d. Evaluasi setelah tiga kali diberikan intervensi fisioterapi dengan ultrasound dan terapi latihan dilaporkan adanya penurunan nyeri gerak, peningkatan lingkup gerak sendi dan peningkatan kekuatan otot di sekitar sendi lutut.

5.2 Saran

- a. Bagi pasien
Diharapkan pasien rutin melakukan latihan dirumah untuk proses penyembuhan serta menghindari aktivitas yang berisiko terjadinya operasi ulang.
- b. Bagi peneliti
Diharapkan peneliti dapat mengontrol faktor eksternal dari rencana intervensi seperti aktivitas selain intervensi, dengan memberikan edukasi.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat dikembangkan dengan lebih *representative* dan dapat digeneralisasikan.