

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan yang telah dilakukan pada pasien dengan kasus *Frozen shoulder* Sinistra Et Causa Tendinitis Supraspinatus, maka dapat disimpulkan:

- a. Proses pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan pada pasien *frozen shoulder* sinistra et causa tendinitis supraspinatus, meliputi proses anamnesis, pemeriksaan fisik, pemeriksaan lingkup gerak sendi, pemeriksaan kekuatan otot, pemeriksaan nyeri, dan pemeriksaan spesifik fisioterapi, serta pemeriksaan aktivitas fungsional menggunakan *Shoulder Pain Disability Index* (SPADI). Pemeriksaan ini bertujuan untuk mengidentifikasi rencana intervensi dan evaluasi fisioterapi yang diberikan.
- b. Problematika fisioterapi yang ditemukan pada pasien *frozen shoulder* sinistra et causa tendinitis supraspinatus, meliputi adanya sensasi nyeri tekan dan nyeri gerak pada regio sinistra, keterbatasan lingkup gerak sendi (ROM) pada gerakan fleksi, abduksi, eksorotasi dan endorotasi, terdapat kelemahan otot terutama pada otot fleksor dan abduktor, serta adanya hambatan aktivitas fungsional terutama saat mengambil barang ditempat yang tinggi.
- c. Berdasarkan intervensi fisioterapi yang telah dilakukan sebanyak 4 kali menggunakan intervensi *ultrasound*, TENS, *finger walk exercise*, dan *codman pendulum exercise* memberikan efek positif pada pasien, yaitu terdapat penurunan nyeri gerak dan tekan, peningkatan lingkup gerak ROM, peningkatan kekuatan otot dan peningkatan aktivitas fungsional pada pasien *frozen shoulder*.
- d. Setelah dilakukan evaluasi bertahap ditemukan hasil evaluasi pasien menunjukkan penurunan intensitas nyeri, peningkatan lingkup gerak sendi gerakan fleksi dan abduksi, peningkatan kekuatan otot, flexor, abduktor,

exorotator dan endorotator pada shoulder. Evaluasi aktivitas fungsional menunjukkan penurunan skor SPADI yang mengindikasikan adanya peningkatan aktivitas fungsional.

5.2 Saran

a. Bagi Penulis

Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi pengalaman klinis yang bermakna dalam menangani pasien dengan *kasus frozen shoulder et causa tendinitis supraspinatus*. Mahasiswa dianjurkan untuk terus mengembangkan keterampilan dalam melakukan pemeriksaan, analisis data, serta penerapan intervensi berbasis bukti guna meningkatkan kompetensi profesional di dunia kerja.

b. Bagi Institusi

Institusi diharapkan dapat terus menyediakan sarana praktik yang mendukung proses pembelajaran mahasiswa secara langsung melalui kasus nyata, serta memperkuat kerja sama dengan fasilitas pelayanan kesehatan guna meningkatkan mutu Pendidikan fisioterapi.

c. Bagi Pasien

Pasien disarankan untuk melanjutkan latihan secara mandiri di rumah, khususnya latihan *finger walk* dan *codman pendulum* dengan tujuan untuk mempertahankan hasil terapi yang dicapai, serta mencegah terjadinya kekambuhan gejala.