

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Karya tulis ilmiah akhir pada kondisi *Post Op Anterior Cruciate Ligament dextra* Fase I memiliki kesimpulan berupa :

- a. Pemeriksaan fisioterapi dilakukan dengan pengukuran nyeri menggunakan metode *Numeric Rating Scale* (NRS), pengukuran lingkup gerak sendi menggunakan metode *Range of Motion* (ROM), pengukuran kekuatan otot menggunakan metode *Manual Muscle Testing* (MMT), serta pengukuran fungsional menggunakan *Knee Injury and Osteoarthritis Outcome Score* (KOOS).
- b. Masalah fisioterapi yang didapati pada pasien ini meliputi adanya nyeri tekan dan nyeri gerak, terdapat penurunan kekuatan otot, keterbatasan lingkup gerak sendi, serta penurunan kemampuan fungsional.
- c. Intervensi fisioterapi yang diberikan berupa modalitas TENS dan *Ultrasound, Heel Slide, Quadriceps Setting, Wall Slide, dan Patellar Mobilization*.
- d. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan kondisi klinis pasien secara bertahap, dengan penurunan skala nyeri, peningkatan lingkup gerak sendi, meningkatnya skala kekuatan otot, serta mengalami perbaikan skor fungsional.

5.2 Saran

- a. Bagi Pasien

Pasien disarankan untuk melanjutkan latihan yang telah diberikan oleh fisioterapis, serta melanjutkan aktivitas sehari-hari untuk mempercepat proses penyembuhan, pasien dianjurkan untuk selalu berhati-hati ketika melakukan kegiatan didalam maupun diluar ruangan.

b. Bagi Fisioterapis

Bagi fisioterapis penggunaan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *Ultrasound*, *Heel Slide*, *Wall Slide*, *Quadriceps Setting*, *Pattellar Mobilization* dapat menjadi salah satu pilihan intervensi pada kondisi post rekonstruksi ACL fase 1 untuk mengurangi nyeri, meningkatkan lingkup gerak sendi, dan meningkatkan kekuatan otot.

c. Bagi Instansi

Bagi instansi Pendidikan disarankan untuk memperluas dan penyebaran informasi mengenai ilmu fisioterapi agar dapat berperan dalam bidang Pendidikan.