

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan dalam karya tulis ilmiah ini, berupa pelaksanaan fisioterapi, dapat disimpulkan :

- a. Pemeriksaan fisioterapi meliputi pemeriksaan tanda vital, postur dengan metode inspeksi secara statis dan dinamis, spasme dengan metode palpasi, fungsi gerak dasar, lingkup gerak sendi, kekuatan otot, skala nyeri, sensibilitas, tes khusus sebagai tes pembanding dan pemeriksaan fungsional menggunakan *Wrist and Hand Disability Index* (WHDI) untuk mengukur kemampuan aktivitas fungsional.
- b. Problematika fisioterapi yang ditemukan mencakup adanya rasa nyeri tekan, nyeri gerak, dan nyeri diam, serta keterbatasan lingkup gerak sendi pada sendi MCP dan PIP, dan penurunan kemampuan fungsional.
- c. Intervensi yang diberikan terdiri dari *Ultrasound* (US), *Tendon Glide Exercise*, dan *Stretching Exercise* untuk mengurangi nyeri, mempercepat perbaikan jaringan, mengurangi peradangan, mengurangi adhesi tendon, meningkatkan lingkup gerak sendi, dan mendukung perbaikan fungsi jari tangan.
- d. Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi penurunan nyeri diam sebanyak 1,5 poin, nyeri gerak 3,5 poin, dan nyeri tekan 2,6 poin. Lalu pada evaluasi lingkup gerak sendi ekstensi sendi MCP terjadi peningkatan sebanyak 10° dan fleksi sendi MCP sebanyak 25°, lalu untuk fleksi sendi PIP sebanyak 10°. Selanjutnya kekuatan otot terdapat peningkatan pada gerakan otot ekstensor sendi MCP dan otot fleksor sendi MCP serta sendi PIP kekuatan otot meningkat menjadi 5. Lalu untuk hasil evaluasi aktivitas fungsional terdapat peningkatan skor sebesar 6% (minimal disability). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa intervensi yang telah diberikan terbukti cukup efektif yang ditandai dengan adanya perbaikan dalam skala nyeri, peningkatan

lingkup gerak sendi, peningkatan kekuatan otot dan kemampuan aktivitas fungsional.

5.2 Saran

Pasien diharapkan dapat secara konsisten menjalankan program latihan mandiri (home program) berupa *Tendon Glide Exercise*, *Stretching Exercise*, dan *Rubber Band Finger* yang telah dianjurkan oleh fisioterapis untuk membantu mengurangi nyeri, meningkatkan lingkup gerak sendi, dan meningkatkan kekuatan otot, serta meningkatkan kemampuan fungsional. Dukungan dari keluarga sangat penting dalam proses pemulihan, terutama dalam memberikan motivasi agar pasien rutin melakukan latihan di rumah serta membantu mengingatkan pasien untuk menjaga pola aktivitas yang sesuai dengan kondisi tubuhnya. Selain itu, pasien dianjurkan untuk menghindari aktivitas yang terlalu berat dan repetitif, sehingga hasil yang telah dicapai selama proses fisioterapi di rumah sakit dapat dipertahankan dan ditingkatkan secara optimal.