

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil anamnesis, pemeriksaan serta intervensi yang sudah dilakukan berdasarkan studi kasus diatas, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Penyebab dan faktor risiko yang dialami oleh pasien dalam studi kasus ini dapat dilihat dari aspek pekerjaan dan hobi pasien. Ditambah pasien bekerja dengan posisi yang tidak ergonomis serta tidak menggunakan alat bantu *splint* pada area pergelangan tangan.
- b. Pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan pada studi kasus ini meliputi, alloanamnesis, Inspeksi yang mencakup inspeksi statis dan dinamis, palpasi, pemeriksaan fungsi gerak aktif, pemeriksaan fungsi gerak pasif, pemeriksaan isometrik, lalu dilakukan pemeriksaan kekuatan otot dengan skala MMT, pemeriksaan nyeri dengan metode NRS. Kemudian untuk penegakan diagnosis dilakukan pula test khusus untuk kondisi CTS yaitu dengan menggunakan *Tinel Sign Test*, *Phalen Test*, *Prayer Test*. terakhir dilakukan pemeriksaan untuk melihat tingkat gejala dan aktivitas fungsional menggunakan kuesioner fungsional *Buston Carpal Tunnel Questioner* (BCTQ).
- c. Pada hasil anamnesis serta pemeriksaan, maka didapat problematika yang dialami oleh pasien antara lain, pasien merasa kesulitan saat melakukan gerakan menggenggam karena adanya nyeri, didapatkan adanya nyeri minimal yang hilang timbul saat pasien sedang diam, ditemukan pula adanya nyeri tekan dan ada kesemutan pada area fleksor *retinaculum*, dan juga adanya nyeri gerak pada pergelangan tangannya terutama gerakan fleksi dan ekstensi, ditemukan pula keterbatasan gerak pada gerakan *fleksor* dan *ekstensor*, serta adanya penurunan kekuatan otot pada grup otot *fleksor* dan *ekstensor*, serta dari hasil kuesioner bahwa adanya keterbatasan dalam aktivitas fungsional.

- d. Intervensi fisioterapi pada studi kasus ini yang telah disesuaikan dengan gejala dan kondisi pasien, antara lain adalah pemberian modalitas TENS, *Tendon gliding exercise*, *Upper Limb Tension Test I* (ULTT 1).
- e. Dari temuan tersebut maka didapatkan hasil atau evaluasi yaitu ditemukan adanya penurunan intensitas nyeri, peningkatan kekuatan otot, peningkatan lingkup gerak sendi, serta didapatkan penurunan gejala dan peningkatan aktivitas fungsional.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilaksanakan mulai tanggal 25 Februari 2026 sampai tanggal 12 Maret 2026, didapatkan beberapa saran yang dapat diberikan antara lain:

- a. Bagi pasien
Pasien diharapkan dapat menjalankan latihan *home program* dan edukasi yang telah diberikan secara rutin di rumah agar didapatkan hasil yang lebih maksimal.
- b. Bagi fisioterapis
Fisioterapis diharapkan dapat memberikan program latihan yang berkelanjutan dan lebih terstruktur pada pasien CTS, serta melakukan pemantauan berkala untuk mendapatkan evaluasi perkembangan kondisi pasien.
- c. Bagi Institusi pelayanan kesehatan
Institusi pelayanan kesehatan diharapkan dapat memberikan dukungan pelaksanaan program intervensi secara optimal bagi pasien, sehingga kondisi pasien dapat meningkat untuk kualitas hidupnya.
- d. Bagi penelitian selanjutnya
Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan intervensi dengan jumlah pertemuan yang lebih banyak dan diharapkan dapat dilakukan pada jumlah subjek yang lebih banyak agar bisa melihat hasil yang lebih optimal