

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan fisioterapi, maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Berdasarkan hasil evaluasi nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS), pemberian modalitas TENS dan *Hold relax exercise* mampu menurunkan intensitas nyeri pada pasien *Tennis elbow* Dextra. Hal ini ditunjukkan dengan penurunan nyeri gerak dari nilai 3/10 menjadi 2/10 dan nyeri tekan dari nilai 6/10 menjadi 4/10 setelah dilakukan intervensi fisioterapi.
- b. Berdasarkan hasil pemeriksaan lingkup gerak sendi menggunakan goniometer, terdapat peningkatan lingkup gerak sendi pada gerakan supinasi dan pronasi *elbow dextra*. Lingkup gerak sendi meningkat dari 80°–0°–70° menjadi 85°–0°–75° setelah pemberian intervensi fisioterapi.
- c. Berdasarkan hasil pemeriksaan kekuatan otot menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT), terjadi peningkatan kekuatan otot pada otot ekstensor *elbow* dan ekstensor *wrist* dari nilai 4/5 menjadi 5/5 setelah diberikan terapi.
- d. Hasil evaluasi kemampuan aktivitas fungsional menggunakan *Patient-Rated Tennis elbow Evaluation* (PRTEE), terjadi peningkatan kemampuan aktivitas fungsional pasien yang ditunjukkan dengan penurunan skor dari 33/100 menjadi 23,5/100 setelah intervensi fisioterapi diberikan.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pasien

- a. Pasien disarankan untuk rutin melakukan latihan mandiri sesuai anjuran fisioterapis.
- b. Pasien disarankan menghindari aktivitas berlebihan pada siku dan pergelangan tangan.

5.2.2 Bagi Fisioterapis

- a. Fisioterapis diharapkan dapat memberikan edukasi dan terapi yang sesuai dengan kondisi pasien.
- b. Fisioterapis diharapkan memperhatikan faktor penyerta yang dapat memengaruhi hasil terapi.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian dengan sampel dan waktu penelitian yang lebih luas