

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Pemeriksaan fisioterapi yang dapat dilakukan pada atlet dengan cedera *strain quadriceps dextra grade II* berupa pemeriksaan nyeri dengan menggunakan NRS, pemeriksaan LGS dengan menggunakan alat goniometer, serta pemeriksaan kekuatan otot dengan menggunakan alat *dynamometer*.
- b. Problematika yang ditemukan pada atlet dengan cedera *strain quadriceps dextra grade II* antara lain, adanya nyeri gerak, keterbatasan LGS terutama pada gerakan fleksi dan ekstensi *knee*, dan penurunan kekuatan otot pada grup otot fleksor dan ekstensor *knee*.
- c. Intervensi yang diberikan pada atlet dengan cedera *strain quadriceps dextra grade II* adalah menggunakan terapi latihan yang meliputi *strength exercise* dan *flexibility exercise*.
- d. Evaluasi yang didapatkan dari tiga kali sesi terapi adalah terdapat penurunan skala nyeri pada nyeri gerak, peningkatan LGS pada gerakan fleksi dan ekstensi *knee*, serta peningkatan kekuatan otot grup otot fleksor dan ekstensor *knee*.

5.2 Saran

- a. Penulis selanjutnya diharapkan menggunakan parameter yang spesifik dalam pembahasan mengenai pemeriksaan *quick-test*, pemeriksaan fungsi gerak dasar isometrik, dan gangguan fungsional demi mendapatkan hasil yang maksimal.
- b. Penulis selanjutnya diharapkan juga dapat memperhatikan kondisi psikologi pasien sehingga proses rehabilitasi dapat berjalan dengan optimal.