

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan dari hasil studi kasus diatas dapat disimpulkan:

1. Pemeriksaan Fisioterapi yang dilakukan pada pasien pasca operasi Total Knee Replacement meliputi anamnesis, inspeksi, palpasi, kekuatan otot (MMT), Nyeri dengan NRS, Antropometri, pemeriksaan gerak aktif, pasif, dan isometrik, pengukuran ROM, pemeriksaan fungsional menggunakan WOMAC
2. Pada problematik fisioterapi yang didapat dari penelitian studi kasus diatas yaitu terdapat nyeri gerak dan nyeri tekan lutut kiri, edema pada lutut kiri, spasme otot quadriceps, penurunan kekuatan otot quadriceps dan hamstring, keterbatasan lingkup gerak sendi lutut kiri pada gerakan fleksi.
3. Intervensi yang diberikan selama empat pertemuan pada studi kasus ini yaitu Ankle pumping, TENS, hold and relax dan isotonik exercise yang bertujuan untuk menurunkan nyeri tekan dan nyeri gerak pada lutut kiri, mengurangi di edema lutut kiri, meningkatkan kekuatan otot quadriceps dan hamstring, lalu meningkatkan lingkup gerak sendi lutut kiri pada gerakan fleksi.
4. Setelah dilakukan intervensi fisioterapi telah diamati adanya penurunan pada nyeri gerak dan nyeri tekan pada lutut kiri, edema pada lutut kiri, dan peningkatan lingkup gerak sendi lutut pada gerakan fleksi.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Fisioterapi

Sebagai fisioterapi diperlukan ketelitian dalam menjalankan pemeriksaan sesuai prosedur yang benar, serta kemampuan untuk menggali

50

informasi lebih mendalam dari pasien sebelum melakukan tindakan fisioterapi. Serta disarankan bagi fisioterapi untuk melakukan evaluasi otot yang mengalami spasme, hal ini bertujuan untuk memastikan apakah semua problematika yang ditemukan pada pasien mengalami perubahan.

5.2.2 Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Pasien disarankan untuk tetap melanjutkan program latihan yang telah diberikan secara mandiri di rumah guna mempertahankan dan meningkatkan hasil terapi yang telah dicapai. Selain itu, pasien diharapkan menjaga aktivitas sehari-hari agar tetap aktif namun tidak berlebihan, serta menghindari aktivitas yang memberikan beban berlebih pada sendi lutut seperti berlari atau mengangkat beban berat.

5.2.3 Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan sendi. Upaya pencegahan sejak dini sangat penting untuk mengurangi risiko terjadinya gangguan sendi seperti osteoarthritis yang dapat berujung pada tindakan operasi seperti *Total Knee Replacement* (TKR). Selain itu, masyarakat disarankan untuk segera memeriksakan diri ke tenaga kesehatan apabila mengalami keluhan nyeri lutut, kaku sendi, atau keterbatasan gerak, sehingga dapat dilakukan penanganan lebih awal dan mencegah kondisi menjadi lebih berat.