

## BAB V

### KESIMPULAN

Setelah mengetahui keadaan penderita sebelum dan sesudah diberikan terapi pada kondisi *Sprain Ankle* stadium akut, problematik yang ditemukan diantaranya :adanya oedem, nyeri diam, nyeri tekan, nyeri gerak dan keterbatasan lingkup gerak sendi pada ankle. Teknik dan metode pelaksanaan terapi dapat diberikan dengan terapi RICE (Rest, Ice, Compression dan Elevation) dengan dosis untuk es : Frekuensi : 1 kali/hari Intensitas : 5°C Time : 15 menit dengan dilanjutkan dimess tempat tinggal selama 3x24 jam, lalu diikuti dengan elevasi 30° pada bagian yang cedera dengan menggunakan bantal dan penekanan dengan menggunakan pembalutan elastic bandage.

Hasil pengamatan pada ketiga kasus *Sprain Ankle* stadium akut, setelah dilakukan terapi RICE penulis memberikan kesimpulan sebagai berikut :Setelah dilakukan terapi sebanyak 3 kali selama masa akut berlangsung terlihat pada ketiga kasus adanya penurunan oedem 2cm. Pada kasus pertama pengurangan nyeri diam 100% , nyeri tekan 66,67%, nyeri gerak pasif 66,67% dan nyeri gerak aktif 50%. Pada kasus kedua pengurangan nyeri diam 66,67% , nyeri tekan 50%, nyeri gerak pasif 50% dan nyeri gerak aktif 40%. Dan pada kasus ketiga pengurangan nyeri diam 66,67%, nyeri tekan 50%, nyeri gerak pasif 50% dan nyeri gerak aktif 40%. sertapeningkatan lingkup gerak sendi pada sendi ankle.

Hasilnya sudah cukup memuaskan pada ketiga kasus ini.Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terapi *RICE* pada ketiga kasus penderita *Sprain Ankle* stadium akut berhasil untuk mengurangi nyeri pada pemain sepak bola U-21 Persija.