

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **V.1 Kesimpulan**

Sprain ankle adalah suatu cedera pada kapsul ligamen yang terjadi karena adanya gerakan yang berlebihan atau overstrech pada saat melakukan olahraga, hipermobile, dan muscle weakness sehingga kerobekan pada ligament atau tendon yang menyebabkan terjadinya inflamasi sehingga menimbulkan rasa bengkak, nyeri, fungsi persendian terganggu serta ketidakstabilan persendian ligamentum. (Kowalak, Hartono, dan Priguna Shidarta,)

Setelah melihat dari keempat kasus dan kajian teori padakarya tulis ilmiah akhir ini, maka dapat disimpulkan bahwa untuk mengurangi nyeri pada penderita sprain ankle yaitu dengan diberikannya terapi ultra sonik.

Terapi yang digunakan pada kondisi sprain ankle yaitu dengan menggunakan modalitas ultra sonik. Salah satu manfaat dari terapi modalitas ultra sonik ini yaitu untuk mengurangi nyeri. Dapat dilihat dari keempat penyajian kasus pada masing-masing kasus yang diterapkan.

Untuk mendapatkan hasil yang maksimal terapis harus tepat dalam pemilihan dosis sehingga tidak berlebihan yang justru akan memperburuk keadaan. Selain dari modalitas proses penyembuhan kondisi sprain ankle ini, juga didukung oleh pasien yang optimis untuk sembuh dan melaksanakan semua instruksi dari terapis.

Setelah diberikan 6x terapi pasien mengalami rasa nyeri yang berkurang. Hal ini di dasarkan pada pelaksanaan terapi yang teratur dan edukasi yang diberikan terapis kepada pasien, sehingga mengoptimalkan hasil terapi dan keberhasilan terapi juga tergantung kepada fisioterapi bekerjasama dengan pasien itu sendiri.

Dari hasil keempat kasus diatas dapat disimpulkan terdapat penurunan nyeri. Pada kasus pertama penurunan nyeri tekan sebesar 3, dan nyeri gerak sebesar 5. Pada kasus kedua penurunan nyeri tekan sebesar 3 dan nyeri gerak sebesar 3,5. Pada kasus ketiga penurunan nyeri diam sebesar 3, nyeri tekan sebesar 5, dan nyeri gerak sebesar 6. Pada kasus keempat penurunan nyeri tekan sebesar 2 dan nyeri gerak sebesar 2.

## V.2 Saran

Semakin berkembangnya permasalahan yang timbul dilingkungan, fisioterapi berupaya untuk meningkatkan kemampuan baik dari segi pelayanan maupun ilmu pengetahuan. Sebagaimana yang dicantumkan dalam karya tulis ilmiah ini yang berisi tentang kasus sprain ankle, penulis mempunyai saran atau mengedukasikan kepada penderita sprain ankle agar melakukan latihan yang telah diberikan oleh terapis secara rutin agar penderita dapat melakukan aktifitas sehari-harinya tanpa merasa adanya keluhan nyeri dan keterbatasan gerak dalam melakukan suatu aktifitas.

