

BAB V

KESIMPULAN

Spasme upper trapezius adalah ketegangan otot yang berlebihan pada daerah pundak. Hal ini sesuai dengan pendapat salah satu dari beberapa ahli: " Spasme trapezius adalah ketegangan yang berlebihan dari otot-otot pundak" (Haryetti 1990 : 11).

Spasme upper trapezius dapat disebabkan karena berbagai faktor, antara lain trauma dan aktifitas monoton. Tanda dan gejala yang timbul pada kasus spasme upper trapezius antara lain nyeri, ketegangan otot, penurunan kekuatan otot dan keterbatasan lingkup gerak sendi.

Fisioterapi memiliki beberapa modalitas dan terapi latihan untuk mengatasi problematika tersebut. Diantaranya infrared radiation dan strceching.

Infrared radiation adalah Infra red dengan generator luminous dihasilkan oleh satu atau lebih lampu incandescent lamp (lampu pijar). Struktur lampu pijar terdiri dari filament yang terbuat dari bahan tungsten atau carbon yang dibungkus dalam gelas lampu, dimana di dalamnya dibuat hampa udara atau diisi dengan gas tertentu dengan tekanan rendah. Lampu ini mempunyai kekuatan yang bermacam-macam mulai dari 60-1.000 watt atau 1.500 watt. Panjang gelombang yang dihasilkan berkisar antara 3.500-40.000 Å. Jarak penyinaran untuk infra red dengan generator luminous antara 35-45 cm (Sujatno, dkk, 2002).

Stretching atau peregangan merupakan suatu bentuk terapi yang didesain untuk memanjangkan struktur jaringan lunak yang mengalami pemendekan patologis guna meningkatkan sudut gerak sendi dan fleksibilitas jaringan otot yang bersangkutan (Kisner dan Colby, 2007).

Dari ketiga kasus yang sudah dibahas pada bab sebelumnya didapat hasil sebagai berikut. Pada problematik nyeri tekan terdapat penurunan nilai nyeri rata – rata turun 2 berdasarkan skala vas, pada kasus spasme rata – rata terjadi penurunan derajat spasme sebesar 2, pada kasus keterbatasan lingkup gerak sendi rata – rata terjadi peningkatan lingkup gerak sendi sebesar 10°, dan pada kasus penurunan kekuatan otot terdapat peningkatan kekuatan otot rata-rata dari nilai 3 menjadi nilai 4.

Didalam kasus pertama dan kedua derajat spasme menurun menjadi derajat 0. Sedangkan dikasus ketiga derajat spasme menjadi derajat 1 setelah 6x terapi. Karena kerja otot menjadi berat ketika postur menjadi buruk sehingga terjadi ketegangan yang lama dari pada rileksasi dan otot akan cepat mengalami kelelahan karena posisi yang statik dan terus menerus. Dapat dilihat dari inspeksi, riwayat penyakit sekarang, dan pekerjaan kasus 3.

Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terapi latihan infrared dan stretching dapat mengatasi problematik pada kasus spasme upper trapezius, terutama kasus ketegangan otot atau spasme. Sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penulisan pada karya tulis ilmiah akhir ini.

