

BAB V

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan kondisi sebelum dan setelah mengenai pemberian Latihan Active Resseded dalam menambah kekuatan otot pada kondisi Tendinitis Bicipital dalam bab sebelumnya, maka penulis memberikan kesimpulan Latihan Active Resseded terbukti efektif dalam mengatasi problem menurunnya kekuatan otot pada kondisi Tendinitis Bicipital sebagai berikut:

- a. Active Resseded adalah suatu latihan aktif baik dinamik maupun statik kontraksi dengan melawan beban/tahanan dari luar (eksternal force). Beban tahanan dapat secara mekanik maupun manual.
- b. Tendinitis Bicipitalis adalah peradangan yang tetap dan terlokalisir pada tendon caput longum biceps.
- c. Pada ketiga kasus penderita Tendinitis Bicipital setelah dilakukan latihan Active Resseded didapatkan hasil adanya peningkatan nilai kekuatan otot.
- d. Pencapaian hasil terapi tidak hanya bergantung pada pemberian fisioterapi, tetapi juga kemauan dan kerjasama dari pasien itu sendiri untuk melakukan latihan dan saran yang diberikan oleh fisioterapis maupun petugas medis lainnya.