

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

Dari hasil studi kasus terhadap pasien osteoarthritis didapat kesimpulan sebagai berikut :

- a. Osteoarthritis sendi lutut adalah kondisi di mana sendi terasa nyeri akibat inflamasi ringan yang timbul karena gesekan ujung-ujung tulang penyusun sendi. Pada sendi, suatu jaringan tulang rawan yang biasa disebut dengan nama kartilago biasanya menutup ujung-ujung tulang penyusun sendi. Suatu lapisan cairan disebut cairan synovial terletak diantara tulang-tulang tersebut dan bertindak sebagai bahan pelumas yang mencegah ujung-ujung tulang tersebut saling bergesekan dan saling mengikis satu sama lain. Pada kondisi kekurangan cairan synovial lapisan kartilago yang menutup ujung tulang akan bergesekan satu sama lain. Gesekan tersebut akan membuat lapisan tersebut semakin tipis dan pada akhirnya akan menimbulkan rasa nyeri dan kelemahan otot.
- b. Modalitas yang diterapkan pada penderita osteoarthritis ialah dengan menggunakan latihan quadriceps setting dengan tehnik active resisted dan isometric kontraksi dengan metode quad set, straight leg rising, dan multiple angle isometric. Karena latihan quadriceps setting dapat meminimalkan atropi otot, mencegah perlengketan patella, mengurangi spasme otot, menguatkan otot quadriceps, dan meningkatkan kemampuan aktifitas fungsional. Pada pasien tersebut setelah diberikan latihan quadriceps setting merasa lebih baik, karena dengan melihat manfaat dari latihan quadriceps setting, pasien terbukti telah merasakan manfaat dari terapi latihan tersebut.
- c. Dari hasil laporan kasus dan pembahasan dapat dilihat bahwa latihan quadriceps setting dapat meningkatkan kekuatan otot quadriceps. Kekuatan otot quadriceps meningkat setelah dilakukan terapi sebanyak 3 kali dan didukung oleh motivasi pasien untuk sembuh dengan menjalani home program sesuai apa yang di instruksikan oleh terapis.