

## BAB VI

### PENUTUP

*KinesioTaping* yaitu efek mengangkat kulit sehingga membebaskan daerah subkutan dari penekanan yang akan terjadi dapat mengurangi pembengkakan dan inflamasi, meningkatkan sirkulasi sehingga aliran darah kaya oksigen meningkat, regenerasi area yang akan diterapi, pelengketan berkurang, mengurangi sakit dengan mengambil tekanan dari reseptor rasa sakit (mengurangi iritasi *nociceptor*). *Tendon gliding-exercise* yang bertujuan untuk mengurangi nyeri dan hambatan pada terowongan karpal dan tendon dapat bergerak bebas dengan meningkatkan sirkulasi darah tangan dan pergelangan tangan, sehingga mengurangi inflamasi dan meningkatkan perbaikan pada jaringan lunak otot, ligament dan tendon.

Dapat disimpulkan “Pemberian *Kinesiotapping* dan *Tendon-gliding exercise* dapat mengurangi nyeri pada pasien *Carpal Tunnel Syndrome*”, sehingga dapat melakukan aktifitas sehari-hari.

