

## BAB VI

### KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan kondisi sebelum dan setelah mengenai pemberian Latihan *Codman Pendulum* dalam meningkatkan lingkup gerak sendi pada penderita *Tendinitis Bicipital* dalam bab sebelumnya, maka penulis memberikan kesimpulan Latihan *Codman Pendulum* terbukti efektif dalam mengatasi problem terbatasnya lingkup gerak sendi pada penderita *Tendinitis Bicipital* sebagai berikut:

- a. *Codman Pendulum* adalah satu jenis terapi latihan yang menggunakan teknik mobilisasi sendiri dengan memanfaatkan efek gravitasi sehingga dapat menarik humerus dari fosa glenoidalis. *Codman* juga merupakan distraksi dan occilasi bertujuan: untuk mengurangi nyeri, meningkatkan nutrisi pada permukaan sendi; memperlancar mobilisasi sendi; meningkatkan ekstensibilitas kapsul sendi glenohumeralis pada penderita *Tendinitis Bicipitalis*.
- b. *Tendinitis Bicipitalis* adalah peradangan yang tetap dan terlokalisir pada tendon caput longum biceps.
- c. Pada kasus penderita *Tendinitis Bicipitalis* setelah dilakukan latihan *codman pendulum* didapatkan hasil adanya peningkatan bertambahnya lingkup gerak sendi.
- d. Pencapaian hasil terapi tidak hanya tergantung pada pemberian fisioterapi, tetapi juga kemauan dan kerjasama dari pasien itu sendiri untuk melakukan latihan dan saran yang diberikan oleh fisioterapis maupun petugas medis lain.