

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Metode *NeuroMuscular Taping (NMT)* dan terapi latihan dapat mengurangi nyeri pada kasus *ishialgia*.
2. Metode *NeuroMuscular Taping (NMT)* dan terapi latihan dapat meningkatkan kemampuan fungsional pada kasus *Ischialgia*.

5.2 Saran

1. Bagi pasien

Diharapkan pasien dapat mengurangi aktivitas berlebih yang berhubungan dengan mengangkat benda dan melakukan latihan dirumah secara rutin, teratur agar diperoleh hasil terapi yang optimal sehingga pasien lekas sembuh dan dapat melakukan aktivitas dengan baik.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat yang memiliki keluhan dan gejala kasus *ischialgia* seperti yang dijelaskan di atas untuk segera memeriksakan ke dokter atau fisioterapi, agar segera mendapatkan tindakan lebih lanjut.