

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus dengan judul penatalaksanaan pada kasus *osteoarthritis genu sinistra* dengan modalitas *transcutaneous electrical nerve stimulation (tens)*, *ultrasound (us)* dan *strengthening exercise* dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Penatalaksanaan pada kasus *osteoarthritis genu sinistra* dengan modalitas *transcutaneous electrical nerve stimulation (tens)*, *ultrasound (us)* dan *strengthening exercise* dapat mengurangi nyeri.
- 2) Penatalaksanaan pada kasus *osteoarthritis genu sinistra* dengan modalitas *transcutaneous electrical nerve stimulation (tens)*, *ultrasound (us)* dan *strengthening exercise* dapat meningkatkan *range of motion (rom)*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Bagi Fisioterapi

Fisioterapis harus lebih memperhatikan pemeriksaan dan assessment sebelum menentukan tujuan serta intervensi terapi yang diberikan. Selain itu, fisioterapis juga harus melakukan re-evaluasi terhadap kondisi pasien agar tidak terjadi kesalahan yang kurang tepat saat intervensi. Diberikan saran juga kepada fisioterapis bahwa waktu re-evaluasi setidaknya bisa dilakukan optimalnya 2 kali dalam satu minggu.

5.2.2 Saran Bagi Pasien

Selain melakukan terapi dan latihan di rumah sakit, hendaknya pasien juga melakukan latihan di rumah dengan latihan yang telah disarankan fisioterapis. Latihan di rumah secara rutin dapat menambah hasil secara optimal, sehingga pasien lekas sembuh dan dapat melakukan aktivitas dengan baik. Fisioterapis juga

menyarankan kepada pasien untuk tidak melakukan aktivitas yang dapat memperparah *osteoarthritis genu*.

5.2.3 Saran Bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat dalam melakukan aktivitas sehari-hari hendaknya selalu berhati-hati agar tidak terjadi trauma atau cedera yang dapat menimbulkan *osteoarthritis genu*. Selalu menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh dengan selalu melakukan pola hidup sehat. Jika terjadi gangguan atau trauma pada lutut, segera periksa ke rumah sakit atau fisioterapi agar segera mendapat tindakan lebih lanjut. Disarankan juga untuk masyarakat agar tidak pergi ke tenaga alternatif karena dapat menimbulkan resiko yang dapat memperburuk keadaan lutut.



