

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Frozen shoulder yang didefinisikan kondisi secara *etiologi* nya terjadinya *capsulitis adhesiva* berupa peradangan/inflamasi yang mengakibatkan adanya nyeri perlekatan pada suatu jaringan menjadi *atrofi* dan pemendekan kapsul sendi dan bersifat secara idiopatik atau belum di ketahui yang dapat menyebabkan kapsul sendi tersebut. Evaluasi pada *shoulder dextra* yang dilakukan telah mendapatkan hasil adanya penurunan *spasme*, penurunan nyeri, peningkatan lingkup gerak sendi, peningkatan kekuatan otot dan peningkatan kemampuan fungsional.

Pemberian intervensi fisioterapi pada *frozen shoulder* ini lebih memfokuskan dan menekankan pada menghilangkan atau mengurangi rasa nyeri, mengembalikan rentang lingkup gerak sendi pada bahu, mengurangi spasme otot, memelihara dan meningkatkan kekuatan otot *shoulder dextra* dan meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional pada bahu, dengan dilakukan modalitas fisioterapi yaitu *trancutaneous electrical nerves stimulation*, *infrared* dan terapi latihan. Setelah dilakukan 5x terapi mendapatkan hasil yang efektif yaitu mengurangi rasa nyeri pada *shoulder dextra*, meningkatkan lingkup gerak sendi pada *shoulder dextra*, mengurangi *spasme* otot, meningkatkan kekuatan otot, dan meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional pada bahu.

B. Saran

Berdasarkan dalam pembahasan di atas menunjukkan bahwa pada kasus *frozen shoulder dextra et causa capsulitis adhesiva* yang telah dibahas di atas tersebut, maka penulis menyampaikan beberapa saran kepada:

1. Bagi Pasien

Demi mendukung kesembuhan pasien yang telah menunjukkan adanya peningkatan ke arah yang menjadi lebih baik, maka disini penulis ingin

menyarankan kepada pasien selalu menggerakkan bahu kanan nya pada saat aktivitas sehari-hari agar selalu aktif dengan bahu kanan nya serta tetap memperhatikan toleransi juga pada kemampuan bahu kanan nya, sehingga sifat dari lingkup gerak sendi dan jaringan kekuatan otot pasien tetap terjaga dan mencegah adanya suatu komplikasi dalam pergerakan bahu kanan nya pasien. Diharapkan pasien tetap melakukan terapi di fisioterapi untuk pemulihan secara maksimal dan tanpa keluhan kembali.

2. Bagi Fisioterapi

Saran bagi fisioterapi adalah harus teliti dalam penentuan program terapi dengan berlandaskan hasil pemeriksaan dan pengukuran yang telah dilakukan kepada pasien secara tepat dan lengkap untuk menentukan diagnosa fisioterapi yang benar, sehingga pasien dapat sembuh secara maksimal. Fisioterapi selalu semangat dalam menuntut ilmu dan jangan pernah berhenti dalam mengikuti perkembangan ilmu yang berhubungan dengan fisioterapi, sehingga mampu memberikan suatu tindakan atau intervensi yang tepat bagi semua kondisi yang dijumpai di lapangan dan selalu mengikuti arus perkembangan ilmu pengetahuan serta teknologi yang semakin berkembang.

