

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan tentang penatalaksanaan fisioterapi yang sudah dilakukan pada pasien atas nama Tn. N yang berusia 66 tahun dengan diagnosa *Carpal Tunnel Syndrome dextra* dengan keluhan utama adanya nyeri, kebas kesemutan pada pergelangan tangan hingga phalang I dan II wrist dextra setelah diberikan intervensi *Infrared*, TENS, dan *exercise* sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP) dapat membantu mengurangi problematika fisioterapi berupa nyeri, kesemutan, penurunan LGS, penurunan kekuatan otot, dan penurunan aktivitas fungsional.

#### **B. Saran**

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah dengan judul Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Carpal Tunnel Syndrome Dextra* dengan Modalitas *Infrared*, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*, dan *Nerve Tendon Gliding Exercise* ini mendapatkan hasil yang diinginkan maka diperlukan adanya saran. Berikut adalah beberapa saran yang menurut penulis perlu untuk dikemukakan :

##### **1. Bagi Fisioterapis**

Saran untuk para fisioterapis adalah agar karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai sumber pembelajaran yang berguna untuk memperluas wawasan mengenai berbagai kasus dan permasalahan dalam bidang fisioterapi. Dengan demikian, fisioterapis dapat memberikan intervensi yang tepat dan sesuai dengan keluhan pasien. Selain itu, penting bagi fisioterapis untuk senantiasa beradaptasi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang terus berubah.

Oleh karena itu, penting bagi fisioterapis untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam menangani kasus CTS agar dapat

memberikan intervensi yang tepat sasaran serta membantu pasien memperoleh kualitas hidup yang lebih baik.

2. Bagi pasien

Sebagai upaya lanjutan untuk mendukung proses pemulihan yang telah menunjukkan progres positif, pasien disarankan untuk tetap melaksanakan program latihan mandiri di rumah sebagaimana yang telah diajarkan oleh fisioterapis. Selain itu, penting bagi pasien untuk menghindari aktivitas yang bersifat repetitif dan berat, serta memperhatikan prinsip ergonomi saat bekerja, seperti posisi tangan saat mengetik atau menggunakan alat kerja. Istirahat secara berkala juga perlu dilakukan, terutama saat melakukan aktivitas yang melibatkan pergelangan tangan secara terus-menerus.

