

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Osteoarthritis adalah penyakit degenerasi yang terjadi pada sendi lutut yang dapat digerakkan dan sendi penopang berat badan dengan kerusakan yang sangat jelas pada sendi serta terdapat tulang baru yang ada disekitar tepi tulang (*osteofit*) oleh sebab perubahan *fisiologis* serta patologis pada tulang sub kondral. Kasus yang dibahas adalah kasus Ny.I yang berusia 57 tahun, dengan jenis kelamin perempuan, beragama Islam dan merupakan seorang ibu wiraswasta. Pasien melakukan pemeriksaan *X-Ray* di RS Bhayangkara dengan hasil diagnosa medis *Osteoarthritis Genu Grade II*, yaitu: Struktur tulang baik, *eminentia interkondilais* tak runcing, tampak *osteofit*, tampak penyempitan celah sendi *genu dextra*, tak tampak sklerosis subkondral dan tak tampak *soft tissue*.

Berdasarkan permasalahan kasus tersebut, penulis memberikan intervensi fisioterapi berupa modalitas *TENS*, *US* dan terapi latihan dengan metode *stretching hamstring*, *quadricep setting* dan *hold rilex* yang telah dilakukan sebanyak 4 kali didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Penurunan nyeri tekan dan gerak pada *knee dextra* dengan menggunakan *VAS*.
2. Peningkatan lingkup gerak sendi pada *fleksi knee dextra*.
3. Peningkatan nilai kekuatan otot *hamstring* dan otot *quadricep* pada *knee dextra* dengan menggunakan *MMT*.
4. Peningkatan kemampuan dan aktivitas fungsional pasien dengan menggunakan skala *WOMAC*.

B. Saran

Bagi penulis selanjutnya diharapkan untuk menangani *osteoarthritis genu* dengan sebaik mungkin dan diharuskan dengan waktu yang lama agar mendapatkan hasil yang diinginkan seperti menentukan *diagnosis* dan problematika yang tepat. Selain itu penulis selanjutnya diharapkan

melaksanakan tugasnya dengan teliti seperti saat melakukan pemeriksaan, menentukan terapi dan modalitas fisioterapi yang tepat agar efektif untuk pasien. Adapun saran untuk pasien, yaitu : pasien disarankan untuk mengurangi nyeri di lutut dengan melakukan kompres hangat selama kurang lebih 10 menit menggunakan handuk ataupun kompres panas pada area nyeri. Terkait penurunan *ROM*, pasien disarankan meningkatkan latihan dengan cara menyesuaikan batas toleransi nyeri yang dirasakan yang dilakukan 3 sampai 8 kali repetisi setiap sesinya dalam sehari. Terkait kekuatan otot pasien disarankan untuk melakukan latihan dengan pembebanan secara bertahap dan tidak berlebihan. Pasien disaran untuk mengurangi melakukan aktivitas-aktivitas yang berat terlebih dahulu jika pasien sudah merasakan nyeri pasien diharapkan untuk beristirahat dulu lalu dilanjutkan latihan kembali. Jika ada waktu luang pasien diharapkan untuk melakukan latihan-latihan kecil di rumah.

