

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kasus yang dibahas adalah kasus Ny. C yang berusia 61 tahun dengan diagnosis medis *osteoarthritis genu sinistra* grade 3. permasalahan yang ditemukan berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan yaitu: nyeri tekan *medial* dan *lateral knee sinistra*, nyeri gerak *fleksi knee sinistra*, keterbatasan LGS *fleksi knee sinistra*, penurunan kekuatan otot. berdasarkan permasalahan pada kasus tersebut, penulis memberikan intervensi berupa modalitas *TENS*, *Sortwave Diathermy* dan Terapi Latihan sedangkan untuk Terapi Latihan dengan metode *Stretching hamstring*, *Isometric quadriceps* dan *Hold relax*. setelah diberikan intervensi sebanyak 4 kali didapatkan hasil berupa

1. Penurunan nyeri tekan pada *lateral* dan *medial knee sinistra* dan nyeri gerak *fleksi* dan *ekstensi knee sinistra*.
2. Meningkatnya lingkup gerak sendi *knee sinistra*
3. Kekuatan otot mengalami peningkatan.
4. Peningkatan kemampuan fungsional aktivitas dengan skala *womac*.

B. Saran

1. Bagi Pasien

Demi mendukung kesembuhan pasien yang telah menunjukkan peningkatan ke arah yang lebih baik, dalam hal ini penulis memberikan saran ke pasien untuk melakukan aktifitas olahraga yang tidak membebani lututnya seperti gerakan mengayuh sepeda dalam posisi terlentang.

2. Bagi keluarga

Saran bagi keluarga hendaknya memotivasi pasien untuk rajin melakukan terapi dan melaksanakan edukasi yang diberikan oleh terapis. Dengan kerjasama yang baik antara terapis, pasien dan keluarga pasien, semoga dapat tercapai keberhasilan terapi Menjadi lebih

memahami tentang tanda dan gejala OA sehingga dapat mencegah dan mewaspadaai kondisi yang dapat menyebabkan OA

3. Bagi masyarakat

Saran kepada masyarakat jika menjumpai atau mengalami OA sebaiknya memanfaatkan keberadaan institusi medis, pergi ke dokter untuk mendapat tindakan yang baik dan benar sesuai permasalahan tersebut.

4. Bagi penulis

Saran kepada penulis adalah walaupun hanya dapat mengerjakan satu halaman dalam sehari, tetap harus konsisten pada karya ilmiah, karena semakin banyak waktu yang kita habiskan, semakin lama akan semakin malas. Maka dari itu karya ilmiah harus diselesaikan dalam waktu yang lebih singkat.

