

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Meniscus Tear adalah robekan pada bantalan sendi lutut yang disebabkan oleh terjadinya gerakan rotasi pada tulang tibia terhadap tulang femur atau sebaliknya tulang femur terhadap tulang tibia.

Proses penatalaksanaan fisioterapi pada *post op meniscus tear dextra* dengan terapi latihan pada Tn. C berusia 27 tahun, jenis kelamin laki - laki, agama kristen, pekerjaan Dokter, Alamat kota Tegal, Jawa Tengah data ini di ambil di RSUD KRMT WONGSONEGORO dengan problematika yang didapat hasil pemeriksaan:

1. Terdapat adanya *odema* pada sekitar lutut kanan
2. Adanya nyeri tekan dan gerak
3. Penurunan lingkup gerak sendi
4. Penurunan kemampuan aktivitas fungsional
5. Penurunan kekuatan otot

Intervensi yang diberikan adalah terapi latihan seperti: *Ankle Pump*, *SLR*, *Bridging*, *Prone Hang*, *Heel Slide*, dan latihan jongkok. Dan hasil terapi sebanyak empat kali didapatkan hasil yaitu:

1. Adanya penurunan *odema* pada lutut kanan
2. Adanya penurunan derajat nyeri tekan dan gerak
3. Peningkatan lingkup gerak sendi aktif dan pasif pada *knee dextra*
4. Peningkatan kekuatan otot *pada fleksor dan ekstensor knee dextra*
5. Peningkatan kemampuan aktivitas fungsional pasien.

B. SARAN

Bagian akhir karya tulis ilmiah ini penulis mengembangkan saran-saran yang berkaitan dengan kondisi post operasi meniscus tear agar keberhasilan dalam penanganan dapat tercapai.

1. Saran untuk fisioterapi

Hendaklah melakukan pemeriksaan dengan tepat dan teliti pada kasus *post op meniscus tear* sehingga dapat menegakkan diagnosis, menentukan problematika, menentukan tujuan terapi yang sesuai, dan memberikan intervensi yang tepat dan efektif bagi penderita. Hendaklah meningkatkan ilmu pengetahuan serta pemahaman terhadap kemungkinan adanya terobosan baru dalam suatu pengobatan yang membutuhkan pemahaman lebih lanjut.

2. Saran untuk pasien

Pasien disarankan untuk melakukan Latihan – Latihan yang sudah diajarkan terapis seperti: *Ankle pumping exercise, SLR, Bridging exercise, Prone hang exercise, Heel slide exercise dan Latihan jongkok.*

3. Kepada masyarakat

Bagi masyarakat umum untuk hati-hati dalam melakukan aktivitas kerja yang mempunyai resiko untuk terjadinya trauma atau cedera. Disamping itu, jika terjadi cedera atau merasakan sakit hendaklah langsung berobat ke dokter agar segera mendapatkan pertolongan dan pengobatan yang tepat.