

BAB V

PENUTUP

Pada Penatalaksanaan *Post Op Rekontruksi ACL Dextra Fase* satu dengan Terapi Latihan dan *Crayotherapy* membantu menyelesaikan problematika yang dialami pasien untuk jangka pendek meskipun perkembangan yang ada belum mencapai hasil yang optimal dan mampu mengembalikan aktifitas fungsional pasien seperti semula. Setelah menjalani fisioterapi 4 kali terapi dari tanggal 10 Februari 2025 sampai 17 Februari 2025 dengan terapi latihan dan *cryotherapy* di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro didapatkan hasil yaitu:

1. Adanya penurunan nyeri tekan pada *condylus lateral* dan nyeri gerak pada saat menekuk lutut dengan pemberian terapi latihan *Quadiceps Setting Exercise*, *SLR Statis Dinamis*, *Heel Slide*, *Prone Hang*, *Bridging Exercise* dan *Hamstring Setting Exercise*.
2. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi *fleksi knee dextra* dengan pemberian *ROM exercise* dan *Strengthening exercise*.
3. Meningkatnya kekuatan otot *hamstring* dan *quadiceps* dengan pemberian *SLR* dan *strengthening exercise*.
4. Menurunnya *odema* pada *knee dextra* dengan pemberian meningkatnya kemampuan aktivitas fungsional dengan *SLR* dan *Ankle pumping*.

B. Saran

Setelah melakukan terapi latihan dengan fisioterapi sebanyak 4 kali pertemuan menggunakan modalitas terapi latihan maka akan berpengaruh pada fungsional gerak dan fungsional aktivitas pada pasien. Maka dari itu program edukasi diberikan kepada pasien berperan penting dalam proses pemulihan pasien.

1. Bagi pasien

Pasien disarankan secara mandiri melakukan *home program* yang telah diberikan dan dijelaskan fisioterapi serta edukasi pasien agar tidak melakukan gerakan lari dan memutar yang dapat memicu terjadinya cedera yang serupa.

2. Bagi fisioterapi

Saran bagi fisioterapi adalah agar selalu puas dengan hasil yang telah dicapai serta terus memperkaya ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan dunia fisioterapi sehingga mampu memberikan intervensi yang tepat bagi kondisi-kondisi yang ditemui di lapangan maupun di lingkungan sekitar dan serta diharapkan menyesuaikan diri dengan ilmu pengetahuan dan teknologi yang terus berkembang.



