

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.S yang berusia 58 tahun, dengan jenis kelamin perempuan, beragama Islam dan pekerjaannya adalah seorang ibu rumah tangga dan beralamat rumah Medono,jalan karya bakti gang pondok,Pekalongan Barat, Jawa Tengah.

Berdasarkan permasalahan kasus tersebut, penulis memberikan intervensi fisioterapi berupa modalitas TENS, SWD dan terapi latihan dengan metode *Hold Relax* yang telah dilakukan sebanyak 4 kali didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Penurunan nyeri tekan dan gerak pada *knee bilateral* dengan menggunakan VAS.
2. Peningkatkan lingkup gerak sendi pada fleksi knee bilateral
3. Peningkatkan nilai kekuatan otot *m.hamstring* dan otot *m.quadriceps* pada kedua *knee* dengan menggunakan MMT.
4. Peningkatkan kemampuan dan aktivitas fungsional pasien dengan menggunakan skala WOMAC.

B. Saran

1. Bagi pasien

Pasien diharapkan untuk melakukan latihan-latihan yang sudah diajarkan dengan semangat dan sungguh-sungguh agar didapatkan hasil yang maksimal dan untuk menghindari aktifitas yang menyebabkan kambuhnya nyeri seperti melakukan pergantian posisi dari duduk ke berdiri secara tiba-tiba.

2. Bagi keluarga pasien

Keluarga pasien diharapkan untuk bisa ikut berperan dalam kesembuhan pasien, memberi dorongan semangat dan motivasi untuk kesembuhan pasien.

3. Bagi masyarakat

Masyarakat diharapkan untuk memperhatikan pola aktivitas dan postur tubuh. Apabila melakukan aktivitas sehari-hari dengan pola yang salah maka akan menimbulkan problematika yang memicu terjadinya osteoarthritis genu bilateral. Apabila timbul keluhan pada lutut seperti nyeri saat diam maupun bergerak agar segera memeriksakan ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat supaya mendapatkan pelayanan kesehatan secara tepat.