

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pasien dengan inisial Ny.N berusia 42 tahun dengan diagnosa *tennis elbow* sinistra datang pada tanggal 8 Februari 2025 ke poli fisioterapi di RS Bhayangkara Semarang, adanya nyeri gerak pada saat menggerakkan *elbow* kearah *ekstensi*, *pronasi*, *supinasi*, *dorsal fleksi wrist*, adanya nyeri tekan pada *epicondylus lateral* sisi *sinistra*, adanya keterbatasan lingkup gerak sendi kearah *fleksi*, *pronasi*, *dorsal fleksi* dan *palmar fleksi wrist*, adanya penurunan kekuatan otot pada otot penggerak *ekstensor*, *pronasi*, *supinasi* dan *dorsal fleksi wrist*, adanya *spasme* pada otot *m. ekstensor carpi radialis brevis* pada *elbow Sinistra*. Setelah melakukan fisioterapi sebanyak 4 kali terapi di RS Bhayangkara Semarang didapatkan hasil yaitu adanya penurunan nyeri gerak pada saat menggerakkan *elbow* kearah *ekstensi*, *pronasi*, *supinasi*, *dorsal fleksi wrist*, adanya penurunan nyeri tekan pada *epicondylus lateral* sisi *sinistra*, adanya peningkatan LGS kearah *fleksi*, *pronasi*, *dorsal fleksi* dan *palmar fleksi wrist*, adanya peningkatan kekuatan otot pada otot penggerak *ekstensor*, *pronasi*, *supinasi* dan *dorsal fleksi wrist*, adanya penurunan spasme pada otot *m. ekstensor carpi radialis brevis* pada *elbow Sinistra*.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi fisioterapi berupa *ultrasound* dan terapi latihan dapat mengurangi problematika pasien pada kasus *tennis elbow sinistra*

B. Saran

Bagian akhir karya tulis ilmiah ini penulis ingin mengembangkan saran-saran yang berkaitan dengan kondisi *tennis elbow* agar keberhasilan dalam penanganan dapat tercapai.

1. Saran untuk fisioterapis

Hendaknya melakukan pemeriksaan dengan tepat dan teliti pada kasus *tennis elbow* sehingga dapat menegakkan diagnosis, menentukan

problematika, menentukan tujuan terapi yang sesuai dan memberikan intervensi yang tepat dan efektif bagi penderita. Hendaknya meningkatkan ilmu pengetahuan serta pemahaman terhadap hal-hal yang berhubungan dengan *tennis elbow* karena tidak menutup kemungkinan adanya terobosan baru dalam suatu pengobatan yang membutuhkan pemahaman lebih lanjut.

2. Saran untuk pasien

- a. Pasien disarankan untuk melakukan latihan - latihan yang diajarkan terapis
- b. Meluruskan siku dan menekuk siku secara bergantian, latihan menggunakan beban pada tangan dengan siku ditikuk kemudian pergelangan tangan bergerak keatas dan ke bawah.
- c. Dianjurkan untuk membatasi aktivitas yang membebani sendi siku kiri yang berlebihan, seperti mengangkat beban yang terlalu berat dan menggerakkan lengan ke sisi luar yang dipaksakan atau berlebihan.

