

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pasien atas nama Ny. T yang berusia 68 tahun dengan diagnosa fisioterapi *calcaneus spur* terdapat nyeri gerak, nyeri tekan pada area *calcaneus sinistra*, adanya spasme pada *m. gastrocnemius*, adanya penurunan nilai kekuatan otot pada area ankle sinistra, penurunan LGS pada gerakan *dorsal fleksi* dan *inversi*, dan penurunan aktivitas fungsional pasien. Setelah diberikan intervensi berupa *ultrasound*, terapi latihan seperti *towel stretch*, *myofascial release*, dan *calf raises* sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP) sebanyak 4 kali terapi di dapatkan hasil :

1. Adanya pengurangan rasa nyeri tekan dan nyeri gerak pada area *ankle sinistra*.
2. Adanya penurunan spasme pada area *ankle sinistra*.
3. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi pada *area ankle sinistra*.
4. Adanya peningkatan kekuatan otot pada area *ankle sinistra*.
5. Terjadi peningkatan aktivitas fungsional dengan presentase skala FADI (*moderate disability*).

B. Saran

Pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah dengan judul Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Calcaneus Spur* dengan Modalitas *Ultrasound* dan Terapi Latihan ini mendapatkan hasil yang diinginkan maka diperlukan adanya saran. Berikut adalah beberapa saran yang menurut penulis perlu di kemukakan :

1. Bagi pasien

Pasien dianjurkan untuk tetap melakukan latihan mandiri dirumah seperti yang sudah dianjurkan fisioterapis, dan menyarankan untuk tetap menggunakan alas kaki yang empuk dan nyaman, serta menghindari aktivitas yang akan memperberat rasa sakit.

2. Bagi fisioterapis

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan dalam penelitian ini, disarankan kepada para fisioterapis agar lebih memperhatikan pendekatan holistik dalam penanganan kasus *calcaneus spur*. Penatalaksanaan fisioterapi sebaiknya tidak hanya berfokus pada pengurangan nyeri, tetapi juga mencakup intervensi untuk menguatkan otot-otot tungkai bawah, serta memperbaiki biomekanika kaki secara keseluruhan. Selain itu, penting juga bagi fisioterapis untuk memberikan edukasi kepada pasien mengenai penggunaan alas kaki yang sesuai, modifikasi aktivitas harian, dan pentingnya kepatuhan latihan mandiri di rumah guna mempercepat proses pemulihan dan mencegah kekambuhan.

