BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari uraian pembahasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan 4 kali terapi pada seorang pasien laki-laki atas nama Tn. D yang berusia 37 tahun dengan diagnosa medis *fraktur patella dextra* dan diagnosa fisioterapi berupa adanya nyeri, penurunan kekuatan otot, penurunan lingkup gerak sendi, serta penurunan aktivitas fungsional, kemudian mendapatkan terapi berupa cryotherapy serta terapi latihan berupa *active assisted exercise* dan *static contraction*, diperoleh hasil:

1. Terlihat adanya penurunan *oedem* pada area *knee dextra*.
2. Adanya penurunan nyeri, baik saat ditekan maupun saat bergerak, dengan skor VAS yang menurun secara bertahap dari T1 hingga T4.
3. Adanya peningkatan kekuatan otot *fleksor* dan *ekstensor*; dari MMT nilai 4 menjadi nilai 5 yang menunjukkan kekuatan otot kembali normal.
4. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi secara aktif pada *fleksi-ekstensi* dan *internal-eksternal rotasi*, serta perbaikan gerak pasif terutama pada rotasi lutut.
5. Secara keseluruhan, hasil terapi menunjukkan progres positif terhadap pemulihan kondisi pasien, baik dari aspek nyeri, kekuatan otot, maupun mobilitas sendi lutut.

B. Saran

Penulis ingin mengembangkan saran-saran yang berkaitan dengan kasus *fraktur patella dextra* agar keberhasilan terapi dapat tercapai secara optimal dan mendukung kelancaran pelaksanaan program fisioterapi yang telah ditetapkan. Salah satu upaya yang dapat diterapkan adalah latihan mandiri di rumah sesuai dengan instruksi dan demonstrasi yang telah diberikan oleh fisioterapis.

1. Adanya penurunan *oedem* pada ekstremitas bawah kanan (area lutut *dextra*) dimana pada titik 10 cm di atas patella, dengan selisih ukuran mencapai 3 cm dibandingkan sisi kiri.
2. Adanya penurunan nyeri pada area lutut kanan, baik saat ditekan maupun digerakkan dengan skor VAS menurun dari 3–4 menjadi 1–2.
3. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi (LGS) pada sendi lutut kanan, pada gerakan fleksi aktif dari 80° menjadi 110° dan rotasi internal-eksternal dari 40° menjadi 70°.
4. Adanya peningkatan kekuatan otot fleksor dan ekstensor lutut kanan, dari MMT 4 menjadi MMT 5.
5. Meningkatnya aktivitas fungsional pada tungkai kanan, ditandai dengan kemampuan melakukan aktivitas seperti berjalan, duduk-berdiri, dan latihan beban ringan tanpa nyeri berlebih atau keterbatasan gerak.