

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Pada kasus *Tendinitis Patellaris* dibutuhkan intervensi yang tepat untuk menangani kasus tersebut agar memberikan hasil yang baik dan maksimal kepada pasien. Modalitas fisioterapi berupa *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)* dan Terapi Latihan merupakan intervensi yang tepat untuk membantu mengurangi problematika fisioterapi yang terdapat pada kasus *Tendinitis Patellaris*, penurunan lingkup gerak sendi dan penurunan aktivitas fungsional sehari-hari, namun selain hal tersebut edukasi kepada pasien dan konsistensi serta semangat yang tinggi dalam melakukan latihan secara mandiri dirumah juga menjadi faktor yang penting untuk membantu proses pemulihan dari cedera *Tendinitis Patellaris*. Didapatkan hasil dari penerapan terapi yaitu sebagai berikut :

1. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi pada *fleksi knee dextra*.
2. Adanya peningkatan aktivitas fungsional.

B. SARAN

Pemberian tindakan dengan modalitas fisioterapi berupa *TENS* memberikan efek fisiologis yang memberikan stimulus pada sistem saraf untuk menurunkan nyeri, pemberian terapi latihan juga memberikan efek untuk menurunkan rasa nyeri dan meningkatkan lingkup gerak sendi.

Pasien disarankan untuk tidak melakukan aktivitas fisik seperti melompat, pasien juga diminta untuk melakukan latihan secara mandiri ketika berada dirumah untuk membantu proses pemulihan cedera.