

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Pasien yang bernama Nn. F dengan usia 22 Tahun dengan diagnosa fisioterapi *piriformis syndrome* dengan problematika fisioterapi adanya nyeri tekan dan gerak, adanya *spasme* pada otot *piriformis*, adanya keterbatasan lingkup gerak sendi serta penurunan kemampuan fungsional, setelah diberikan tindakan fisioterapi berupa *transcutaneous electrical nerve stimulation* (TENS), *friction* dan *muscle energy technique* (MET) selama 6 kali dalam 2 minggu di Klinik mandiri PHYLA CENTER di dapatkan hasil akhir sebagai berikut :

1. Adanya penurunan nyeri tekan dan gerak.
2. Adanya penurunan spasme otot Piriformis sinistra.
3. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi hip sinistra.
4. Adanya peningkatan kemampuan fungsional yang diukur dengan ODI.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Fisioterapi**

Fisioterapis hendaknya selalu mengembangkan pengetahuannya dan teliti dalam melakukan pemeriksaan, seperti pemilihan modalitas yang tepat dan dalam pemberian edukasi kepada pasien harus sesuai dengan keadaan pasien, pastikan agar tidak terlalu kuat dalam pemberian *friction massage* karena sensitivitas pasien yang berbeda-beda terhadap *friction*, serta selalu melakukan evaluasi hasil terapi agar mendapatkan hasil yang optimal.

##### **2. Kepada Pasien**

Setelah waktu penelitian selesai, pasien diharapkan untuk melakukan latihan-latihan dirumah seperti yang sudah diajarkan oleh terapis seperti latihan *stretching* aktif dan peregangan setelah duduk dalam waktu yang terlalu lama karena rehabilitasi pasien akan lebih baik dan optimal jika pasien memiliki semangat dan bersungguh-sungguh dalam melakukan latihannya.

##### **3. Kepada keluarga**

Keluarga pasien juga diharapkan selalu memberikan motivasi kepada pasien agar pasien rajin terapi dan selalu melakukan home program (edukasi)

yang telah diberikan oleh terapis untuk mendukung dan menjaga proses penyembuhan secara maksimal.

#### **4. Kepada Masyarakat**

Apabila masyarakat menjumpai kondisi serupa dengan keluhan yang telah dipaparkan oleh penulis pada karya tulis ilmiah ini, maka diharapkan untuk segera memeriksa diri ke fisioterapi atau Rumah Sakit terdekat untuk memastikan diagnosa dan segera mendapatkan tindakan yang tepat serta untuk mencegah masalah yang lebih lanjut atau lebih buruk.