

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

*Frozen shoulder* (nyeri bahu) menyebabkan kapsul yang membungkus sendi bahu menjadi memendek dan mengerut dan terbentuk jaringan parut. Kondisi ini dikenal sebagai *adhesive capsulitis* yang menyebabkan nyeri dan kekakuan pada sendi bahu sehingga lama kelamaan bahu menjadi sulit untuk digerakkan.. *Frozen Shoulder Capsulitis adhesiva* adalah keadaan dimana terjadi peradangan, nyeri, per lengketan dan pemendekan kapsul sendi sehingga terjadi keterbatasan gerak sendi bahu. Problematik fisioterapi pada kasus *Frozen Shoulder Dextra e.c Capsulitis adhesiva* yaitu adanya nyeri pada bahu, adanya keterbatasan lingkup gerak sendi yang akhirnya mengakibatkan timbulnya suatu penurunan kekuatan otot bahu serta aktivitas fungsional menjadi terganggu. Untuk itu dalam kasus ini perlu diberikan penanganan yang tepat untuk menyelesaikan problematika tersebut.

Modalitas yang digunakan untuk mengatasi problematika tersebut adalah dengan menggunakan *Short Wave Diathermy* (SWD), Manual Terapi dan Terapi Latihan. Tujuan pemberian modalitas ini adalah untuk mengurangi nyeri, mengurangi *spasme*, meningkatkan lingkup gerak sendi, meningkatkan kekuatan otot dan meningkatkan aktivitas fungsional.

Setelah dilakukannya terapi sebanyak 5 kali pada pasien atas nama Ny. Siti Uripah dengan diagnosa *Frozen Shoulder Dextra e.c Capsulitis adhesiva* menggunakan modalitas *Short Wave Diathermy* (SWD), Manual Terapi dan Terapi Latihan sebanyak 5 kali terapi didapatkan simpulan berupa: (1) Adanya penurunan nyeri tekan T1 = 4 menjadi T5 = 1, nyeri gerak T1 = 5 menjadi T5 = 2 (2) Adanya penurunan *spasme* T1 = 1 menjadi T5 = 0 (3) Adanya peningkatan kekuatan otot pada bahu (4) Adanya peningkatan lingkup gerak sendi pada seluruh gerakan bahu (5) Adanya peningkatan aktivitas fungsional T1 = 0,192 menjadi T2 = 0,061.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat memahami tentang kondisi *Frozen Shoulder Dextra e.c Capsulitis adhesiva* dan dapat meminimalisir faktor yang bisa menyebabkan terjadinya kondisi tersebut.

### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat memberikan informasi objektif mengenai permasalahan pada *Frozen Shoulder Dextra e.c Capsulitis adhesiva* sehingga mahasiswa dapat mengetahui permasalahan dan penanganan yang tepat dalam mengatasi kondisi tersebut.

### 3. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien diharapkan untuk selalu melakukan latihan yang sudah diberikan oleh terapis secara mandiri atau dibantu oleh anggota

keluarga. Keluarga diharapkan untuk selalu memberikan dukungan kepada pasien untuk melakukan latihan secara rutin.

4. Bagi Fisioterapi

Diharapkan dapat lebih memahami tentang kondisi *Frozen Shoulder Dextra e.c Capsulitis adhesiva* baik definisi, penyebab, tanda gejala maupun penanganannya.