

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *massage effriction* terhadap peningkatan Range of Motion (ROM) pada pasien cedera pergelangan tangan di Klinik MPCO Kitau Kota Bekasi, dapat disimpulkan bahwa terapi *massage effriction* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ROM. Hal ini ditunjukkan dari adanya peningkatan nilai rata-rata ROM baik pada gerakan fleksi maupun ekstensi setelah diberikan intervensi. Pada gerakan fleksi, nilai rata-rata meningkat dari 131,80° menjadi 104,80° dengan selisih sebesar 27,00°, sedangkan pada gerakan ekstensi juga terjadi peningkatan dengan selisih rata-rata sebesar 25,4°. Hasil uji statistik menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa *massage effriction* efektif dalam meningkatkan kemampuan gerak sendi pergelangan tangan pada pasien cedera pergelangan tangan.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Tenaga kesehatan, khususnya fisioterapis dan terapis manual, disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan teknik *massage effriction* sebagai salah satu metode intervensi dalam penanganan cedera pergelangan tangan.

Pelaksanaan terapi hendaknya dilakukan secara terstruktur dan sesuai dengan standar operasional yang berlaku, dengan memperhatikan aspek durasi, frekuensi pemberian terapi, serta kondisi dan kebutuhan masing-masing pasien. Selain itu, pemantauan dan evaluasi secara berkala terhadap peningkatan *Range of Motion* (ROM) perlu dilakukan guna menilai efektivitas terapi yang diberikan serta sebagai dasar dalam penyusunan program rehabilitasi yang lebih tepat dan individual.

2. Institusi kesehatan disarankan untuk menjadikan *massage effriction* sebagai bagian dari layanan rehabilitasi muskuloskeletal, khususnya pada kasus cedera pergelangan tangan. Hal ini dapat dilakukan dengan menyediakan pelatihan bagi tenaga medis, melengkapi fasilitas terapi, serta menyusun standar operasional prosedur (SOP) yang jelas. Dengan demikian, terapi yang diberikan dapat lebih optimal, terstruktur, dan memberikan hasil yang maksimal bagi pasien.
3. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan desain yang lebih kuat, seperti menggunakan kelompok kontrol atau metode eksperimen yang lebih kompleks. Selain itu, disarankan untuk menambah jumlah sampel agar hasil penelitian lebih representatif. Penelitian juga dapat dikembangkan dengan menambahkan variabel lain seperti tingkat nyeri, kekuatan otot, atau kemampuan fungsional pasien, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas *massage effriction* dalam rehabilitasi cedera.