

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Simpulan dalam Karya Tulis Ilmiah ini penulis dengan pemberian modalitas *Infra Red*, *Stretching* dan *Myofascial release* pada kondisi *Spasme M. Quadratus lumborum* didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Pemberian *Infra Red*, *Stretching* dan *Myofascial release* dapat menurunkan nyeri dan spasme pada kondisi *Spasme M. quadratus lumborum*.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Institusi

Meski terlalu jauh dari kata idealnya sebuah hasil penelitian yang baik. Hasil penelitian karya tulis ilmiah ini dapat memberikan kombinasi yang konstruktif terhadap ilmu pengetahuan fisioterapi yang luas, serta dijadikan bahan kajian untuk diteliti lebih lanjut sekaligus referensi dalam penanganan pada kondisi *Spasme M. quadratus lumborum*.

5.2.2 Bagi Fisioterapi

Pengaplikasian dapat menjadi metode yang rasional, proporsional dan efektif bagi praktisi fisioterapi dalam memberikan penatalaksanaan fisioterapi kepada pasien dengan kondisi *Spasme M. quadratus lumborum*.

5.2.3 Bagi Teman Sejawat

Untuk memberikan referensi dan menambah wawasan penanganan pada pasien dengan kondisi *Spasme M. quadratus lumborum*.