

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Dari hasil studi kasus ini, pada Os berinisial Ny. S U berusia 48 tahun berjenis kelamin perempuan yang didiagnosa *Low Back Pain*, memiliki problematik, adanya spasme pada m.erector spine dan otot paralumbal, adanya nyeri tekan m.quadratus lumborum dan paralumbal, adanya nyeri gerak ekstensi, lateral fleksi, dan rotasi. Setelah diberikan intervensi *Massage Therapy* dan *Abdominal Hypopressive Gymnastics* sebanyak 8 kali diperoleh hasil adanya penurunan disabilitas pada pasien *Low Back Pain Non Specific*, sebelum dan sesudah pemberian terapi. dengan hasil terjadi penurunan disabilitas dari 40% ke 20% hal ini terjadi karena adanya penurunan nyeri, penurunan spasme otot, peningkatan lingkup gerak sendi, dan peningkatan kekuatan otot sehingga disabilitas yang ringan sebanding dengan peningkatan aktivitas fungsional.

VI.2 Saran

- a. Pada karya tulis ilmiah ini jumlah sample yang dipakai satu pasien *Low Back Pain Non Specific*, sehingga dapat dikembangkan lebih lanjut untuk dijadikan penelitian apabila melibatkan sample lebih banyak.
- b. Untuk penelitian selanjutnya bisa dikembangkan pada waktu pemberian terapi dengan tepat dan sesuai jurnal.