

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Pemeriksaan yang dilakukan pada pasien Low Back Pain Et Causa Ischialgia menggunakan Visual Analogue Scale (VAS) untuk mengukur intensitas nyeri, Manual Muscle Test (MMT) untuk menilai kekuatan otot, Goniometer untuk mengukur lingkup gerak sendi, Oswestry Disability Index untuk mengevaluasi perubahan tingkat fungsi diberbagai bidang aktivitas kehidupan sehari-hari
- b. Problematika yang ditemukan pada pasien Low Back Pain Et Causa Ischialgia yaitu nyeri yang menjalar hingga ke kaki sebelah kanan, keterbatasan ROM pada gerak fleksi/ekstensi trunk dan fleksi hip, kelemahan otot ekstensor trunk dan flexi hip, hingga mengalami keterbatasan kemampuan aktivitas fungsional.
- c. Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan, penatalaksanaan fisioterapi dengan intervensi Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Microwave Diathermy, dan William Flexion Exercise yang diberikan terbukti untuk menghilangkan nyeri dan adanya peningkatan pada aktivitas fungsional pada pasien Low Back Pain Et Causa Ischialgia.
- d. Evaluasi hasil intervensi fisioterapi pada pasien dengan Low Back Pain (LBP) et causa ischialgia menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan setelah dilakukan pemberian terapi TENS dan William Flexion Exercise. Kombinasi kedua intervensi tersebut terbukti efektif dalam membantu mengurangi nyeri, meningkatkan fleksibilitas, serta memperbaiki kemampuan fungsional pasien. Hasil ini mengindikasikan bahwa pendekatan fisioterapi yang tepat dapat memberikan dampak positif terhadap pemulihan kondisi pasien.

V.2 Saran

a. Bagi pasien

Pasien diharapkan dapat menjaga kondisi punggung bawahnya dengan menghindari aktivitas yang dapat memperburuk gejala, seperti membungkuk secara berlebihan, mengangkat beban berat, atau duduk terlalu lama tanpa istirahat. Selain itu, sangat penting bagi pasien untuk mengikuti program rehabilitasi yang telah dirancang oleh fisioterapis secara konsisten, serta melaksanakan edukasi home program yang diberikan sebagai bagian dari perawatan mandiri di rumah. Kepatuhan terhadap program ini akan membantu mengurangi nyeri, meningkatkan fungsi gerak, dan mempercepat proses pemulihan, sehingga pasien dapat kembali beraktivitas sehari-hari dengan lebih nyaman, aman, dan produktif.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian berikutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang berbeda, misalnya dengan pendekatan eksperimental atau kuasi-eksperimental, serta melibatkan jumlah sampel yang lebih besar. Dengan memperluas jumlah partisipan, data yang dikumpulkan akan lebih beragam dan representatif, sehingga hasil penelitian dapat mencerminkan kondisi populasi yang lebih luas. Selain itu, penggunaan desain penelitian yang lebih kompleks memungkinkan analisis yang lebih mendalam terhadap efektivitas intervensi, serta mengurangi potensi bias. Dengan cakupan yang lebih luas dan metodologi yang lebih kuat, temuan dari penelitian lanjutan diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik klinis di bidang terkait.

c. Bagi fisioterapis

pemberian Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) serta penerapan William Flexion Exercise dapat menjadi pendekatan intervensi yang efektif pada pasien dengan keluhan low back pain ischialgia. Kombinasi intervensi ini bertujuan untuk membantu mengurangi intensitas nyeri melalui stimulasi saraf permukaan, sekaligus

meningkatkan fleksibilitas dan stabilitas pada area lumbal melalui gerakan-gerakan fleksi yang terkontrol. Selain meredakan nyeri, latihan ini juga dapat memperbaiki postur, memperluas lingkup gerak, dan mengurangi tekanan pada saraf ischiadicus, sehingga mempercepat proses pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup pasien dalam aktivitas sehari-hari.