

**PEMBERIAN INTERVENSI *SHORT WAVE DIATHERMY* DAN
CORE STABILITY EXERCISE UNTUK MENINGKATKAN
BALANCE PADA PENDERITA *MECHANICAL CHRONIC LOW
BACK PAIN***

Firda Nur Islamy

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan *balance* pada kasus *mechanical low back pain chronic*. *Low back pain* mekanik mengarah pada nyeri punggung bawah yang terjadi pada struktur anatomis punggung bawah yang normal yang digunakan secara berlebihan atau akibat sekunder dari trauma atau deformitas. *Balance* adalah suatu keadaan dimana proyeksi dari pusat massa tubuh jatuh di dalam landasan penunjang dan resultan dari gaya gaya yang bekerja padanya sama dengan nol Untuk memberikan penanganan yang efektif dan efisien, maka dilakukan suatu proses fisioterapi yang diadakan dan didokumentasikan. Studi kasus ini melaksanakan terapi sebanyak 18 kali. Modalitas yang dapat membantu mengatasi permasalahan ini berupa SWD (*short wave diathermy*), *core stability*. Tujuan dari modalitas tersebut yaitu meningkatkan *balance*. Adanya pengaruh pemberian SWD dan *core stability exercise* dalam meningkatkan *balance*.

Kata Kunci : *mechanical chronic low back pain*, *balance*, FRT

INTERVENTION SHORT WAVE DIATHERMY AND CORE STABILITY EXERCISE TO INCREASE BALANCE ON MECHANICAL LOW BACK PAIN CHRONIC

Firda Nur Islamy

Abstract

This study was conducted to improve the balance in the case of mechanical low back pain chronic. Low back pain mechanics leads to lower back pain occurring in normal underarm anatomical structures that are used excessively or secondary to trauma or deformity. Balance is a state in which the projection of the center of the body mass falls within the supporting base and the resultant force force acting on it is equal to zero. To provide effective and efficient handling, a physiotherapy process is performed and documented. This case study carried out therapy 18 times. Modality that can help overcome this problem in the form of SWD (short wave diathermy), core stability. The purpose of the modalities is to increase the balance. The influence of SWD and core stability exercise in improving the balance.

Keyword : Mechanical low back pain chronic , balance , FRT