

PEMBERIAN *ULTRASOUND (US)*, *THERAPEUTIC EXERCISE* DAN *KINESIOLOGY TAPING* UNTUK MENINGKATKAN FLEKSIBILITAS *TRUNK* PADA PENDERITA *CHRONIC LOW BACK PAIN*

Mariana Purba

Abstak

Studi kasus ini dilakukan untuk mengkaji hasil pemberian intervensi *Ultrasound (US)*, *Therapeutic Exercise* dan *kinesiology taping* dapat memberikan pengaruh untuk meningkatkan Fleksibilitas *Trunk* pada penderita *Chronic Low Back Pain*. *Low Back Pain* pada umumnya terjadi akibat sprain ligamen, peningkatan tonus otot yang mengakibatkan otot menjadi spasme. *Chronic Low Back Pain* didefinisikan sebagai kronis bila bertahan selama 12 minggu atau lebih. Tujuan penulisan ini untuk Desain studi karya tulis ilmiah akhir ini adalah *pre post case study design*, waktu pengambilan data dilaksanakan dari 31 Mei - 23 Juni 2018 yang dilaksanakan di Rumah Sakit RSUD Cengkareng, Jakarta Barat. Parameter yang digunakan untuk mengukur fleksibilitas menggunakan *Sit and Reach* Intervensi ini diberikan sebanyak 10 kali selama 3 minggu. Berdasarkan hasil pengambilan data didapatkan karakteristik pasien berjenis kelamin perempuan, usia 51 tahun, tinggi badan 165 cm, berat badan 75 kg, BMI 27,7 dan nilai pre fleksibilitas 15 cm dan post fleksibilitas 35 cm. Kesimpulannya pemberian *Ultrasound (US)*, *Therapeutic Exercise* dan *Kinesiology Taping* dapat meningkatkan fleksibilitas pada kondisi *Chronic Low Back Pain*.

Kata Kunci : *Fleksibilitas Trunk, Kinesiology Taping, Low Back Pain Therapeutic Exercise, Ultrasound (US)*.

PROVISION OF ULTRASOUND (US), THERAPEUTIC EXERCISE AND KINESIOLOGY TAPING TO IMPROVE TRUNK FLEXIBILITY IN CHRONIC LOW BACK PAIN SUFFERERS

Mariana Purba

Abstract

This case study was conducted to assess the results of the Ultrasound (US) intervention, Therapeutic Exercise and kinesiology taping can have an effect to increase Trunk Flexibility in Low Back Pain Chronic sufferers. Low Back Pain generally occurs due to ligament sprain, increased muscle tone resulting in muscle spasm. Chronic Low Back Pain is defined as chronic if it lasts for 12 weeks or more. The purpose of this writing for the study design of this final scientific paper is the pre post case study design, the data collection time was carried out from 31 May - 23 June 2018 which was carried out at RSUD Cengkareng Hospital, West Jakarta. The parameters used to measure flexibility using Sit and Reach Interventions are given 10 times for 3 weeks. Based on the results of data retrieval obtained characteristics of female patients, age 51 years, height 165 cm, body weight 75 kg, BMI 27.7 and the value of pre flexibility 15 cm and post flexibility 35 cm. In conclusion, giving Ultrasound (US), Therapeutic Exercise and Kinesiology Taping can increase flexibility in Low Back Pain Chronic conditions.

Keywords : flexibility trunk, low back pain , kinesiology taping, therapeutic exercise, ultrasound (us).