

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **VI.1 Kesimpulan**

Adanya peningkatan aktivitas fungsional setelah diberikan latihan *core stability* sebanyak 6 kali selama 2 minggu. Sehingga mempengaruhi aktivitas dan kekuatan otot *core* menjadi kuat.

#### **VI.2 Saran**

Latihan *core stability* yang di berikan dengan benar kepada pasien perlu di tambahkan lagi, dengan pengawasan fisioterapis, agar hasil yang di dapat dengan menggunakan pengukuran *oswestry* mendapat katagori *minimal disability* dan faktor umur, jenis kelamin juga lebih di perhatikan lagi.

