

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakuakn, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- a. Pengukuran fisioterapi yang dilakukan pada kondisi *Low Back Pain* mencakup *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk mengukur intensitas nyeri, *Goniometer* untuk mengukur lingkup gerak sendi, *Manual Muscle testing* (MMT) untuk menilai kekuatan otot, *Oswestry Disability Index* (ODI) untuk mengevaluasi tingkat fungsional dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Problematika yang ditemukan pada kondisi *Low Back Pain* adalah nyeri diam, tekan gerak serta nyeri menjalar dari pinggang sampai tungkai sisi kiri, keterbatasan lingkup gerak sendi, penurunan kekuatan otot, dan penurunan kemampuan fungsional harian.
- c. Intervensi yang diberikan terhadap pasien dengan kondisi *Low Back Pain* berupa *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), *Short Wave Diathermy* (SWD), dan *William Flexion Exercise*.
- d. Evaluasi yang didapat setelah tiga kali sesi terapi menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri (NRS) pada nyeri diam, tekan, dan gerak, Peningkatan lingkup gerak sendi pada ekstensi *trunk* dan fleksi *hip*, peningkatan kekuatan otot fleksor dan ekstensor *hip*, serta peningkatan kemampuan fungsional dari disabilitas sedang ke disabilitas minimal.

5.2 Saran

Berdasarkan keterbatasan kasus diatas, disarankan selanjutnya untuk menggunakan desain penelitian dengan frekuensi evaluasi dang pengkajian yang lebih luas, sehingga hasil penelitian dapat lebih representatif dalam menggambarkan kondisi LBP. Selain itu, perlu adanya strategi untuk meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalankan latihan mandiri di rumah seperti monitoring berkala. Tentunya keterlibatan keluarga juga sangat

berpengaruh terhadap proses terapi. Selanjutnya, faktor tuntutan pekerjaan pasien yang mengharuskan pasien berada pada posisi statis dalam waktu yang lama dapat diantisipasi dengan pemberian edukasi ergonomi dan pergangan aktif secara berkala.