

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan:

- a. Problematik fisioterapi yang ditemukan pada pasien yaitu adanya nyeri gerak, adanya keterbatasan ADL, nyeri tekan, serta kelemahan otot flexor trunk dan extensor trunk pada pasien *Low Back Pain et causa Spodylosis*.
- b. Pemeriksaan yang dilakukan pada studi kasus ini meliputi, inspeksi statis dan dinamis, palpasi, pengukuran ROM aktif dan pasif, pemeriksaan umum, pemeriksaan fisioterapi, pemeriksaan fungsi gerak dasar, pemeriksaan sensibilitas, pemeriksaan fungsional dengan *Oswestry disability index* (ODI), pemeriksaan psikososial, pemeriksaan khusus, pemeriksaan tanda-tanda vital, pemeriksaan nyeri menggunakan *Visual Analog Scale* (VAS), dan pemeriksaan kekuatan otot menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT).
- c. Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan, penatalaksanaan fisioterapi dengan intervensi *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), *Microwave Diathermy* (MWD), dan *Exercise* yang diberikan terbukti untuk mengurangi nyeri, adanya peningkatan kekuatan otot flexor dan extensor trunk, dan adanya peningkatan pada aktivitas fungsional pada pasien *Low Back Pain et causa Spodylosis*.
- d. Berdasarkan hasil evaluasi setelah diberikan intervensi fisioterapi berupa *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS) dan *Microwave Diathermy* (MWD) selama 3 kali terapi adanya penurunan nyeri yang dialami pasien, lalu untuk *Bridging Exercise*, dan *Knee to Chest Exercise* sebanyak tiga kali terapi didapatkan adanya peningkatan kekuatan otot trunk.
- e. Dengan demikian, tujuan penelitian ini telah tercapai, yaitu mengetahui pemeriksaan fisioterapi, mengidentifikasi problematik fisioterapi, mengetahui intervensi yang diberikan, serta mengetahui hasil evaluasi

fisioterapi pada pasien *Low Back Pain et causa Spondylosis*. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pemberian intervensi fisioterapi berupa *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *Microwave Diathermy (MWD)*, *bridging exercise*, dan *knee to chest exercise* dapat membantu menurunkan nyeri, meningkatkan kekuatan otot trunk, serta memperbaiki kemampuan fungsional pasien.

5.2 Saran

- a. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih banyak agar hasil penelitian lebih luas dan lebih baik.
- b. Penambahan jumlah terapi dapat dilakukan agar hasil intervensi fisioterapi lebih maksimal dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan kekuatan otot.
- c. Pasien disarankan untuk melakukan latihan secara rutin di rumah serta mengurangi aktivitas berat yang dapat memicu nyeri punggung bawah.