

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

Low Back Pain Myogenic merupakan gangguan otot di daerah punggung bawah yang timbul pada saat melakukan aktifitas sehari-hari secara berlebihan seperti duduk lama, berdiri lama, mengangkat beban berat dengan cara yang salah disertai dengan nyeri yang bersifat tumpul dan tidak ada penjarangan sampai ke tungkai. Problematika fisioterapi yang terjadi pada pasien dalam penelitian ini adalah 1. *Impairment* : Adanya nyeri tekan dan nyeri gerak di daerah punggung bawah, adanya *Spasme* otot, adanya penurunan kekuatan otot trunk, adanya keterbatasan lingkup gerak sendi pada trunk 2. *Disability* : pasien mengalami keterbatasan dalam melakukan pekerjaan sebagai karyawan dan ibu rumah tangga. 3. *Fungsional Limitation* : pasien kesulitan saat menaiki bed, pasien mengalami kesulitan saat dari tidur ke duduk, pasien mengalami kesulitan saat dari berdiri ke jongkok dan jongkok ke berdiri, dan pasien mengalami keterbatasan dalam duduk lama dan berjalan jauh.

Untuk mengurangi problematika yang terjadi dengan fisioterapi pada kondisi *Low Back Pain Myogenic* ini dapat menggunakan *Infra Red (IR)* dan *William Flexion Exercise*. Modalitas yang digunakan diharapkan dapat mengurangi keluhan yang dialami oleh pasien.

Setelah dilakukan pemberian intervensi fisioterapi menggunakan *Infra Red (IR)* dan *William Flexion Exercise* pada kondisi *Low Back Pain*

Myogenic selama 4 kali terapi didapatkan simpulan berupa : adanya penurunan nyeri tekan dan nyeri gerak, adanya penurunan *Spasme* pada M. Erector Spine, adanya peningkatan kekuatan otot Trunk, adanya peningkatan lingkup gerak sendi pada Trunk, dan belum adanya peningkatan aktivitas fungsional.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan untuk meminimalisir potensi faktor yang dapat menyebabkan *Low Back Pain Myogenic*.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan hendaknya memberikan informasi ilmiah tentang kondisi *Low Back Pain Myogenic* sehingga mahasiswa dapat mengetahui tentang *Low Back Pain Myogenic*.

3. Bagi Institusi Kesehatan

Institusi kesehatan diharapkan dapat memberikan informasi secara objektif mengenai permasalahan yang ditangani seperti *Low Back Pain Myogenic* baik Rumah Sakit maupun Institusi Kesehatan lainnya.

4. Bagi Fisioterapi

Untuk fisioterapi diharapkan agar lebih memahami tentang *Low Back Pain Myogenic* baik definisi, penyebab, tanda gejala, maupun penanganannya. Dengan mengetahui hal tersebut maka akan memberikan efek positif dari hasil yang akan dicapai.

5. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien diminta tetap semangat menjalankan program latihan yang telah diberikan fisioterapis dirumah. Keluarga diminta untuk mensupport pasien agar semangat dan mau menjalankan program latihan di rumah.