|  |
| --- |
| Name : Yustin Animawati  Supervisi : Dr. M. Hasinuddin,S.Kep,Ns,M.Kep  NIM : 16114020009  DIII Physiotherapy of program study  StiKes Ngudia Husada Madura |
| PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA PASIEN *LOW BACK PAIN MYOGENIC* NONSPESIFIK DENGAN TERAPI LATIHAN *WILLIAM FLEXION EXERCISE* |
| **ABSTRACT**  *Low Back Pain myogenic* adalah suatu kondisi dimana ontraksi otot yang berlebihan pada punggung bawah kaarena kontraksi atau penggunaan otot yang berulang-ulang sehingga otot mengalami ketegangan. Nonspesifik merupakan nyeri punggung bawah yangtidak dikaitkan dengan patologi spesifik misalnya infeksi, tumor, osteoporosis, angkilosing spondylitis , fraktur, proses inflamasi, sindrom radikullar atau sindrom cauda equina. Gejala yang ditimbulkan berupa nyeri didaerah lumbosakral dan menyebar dari terapi latihan *William Flexion Exercise* pada kasus *Low Back Pain myogenic*.  Setelah dilakukan fisioterapi sebanyak 6 kali, terdapat penurunan nteri tekan T0 : 3 menjadi T6 : 0 , oenurunan nyeri gerak T0 : 4 dan T6 :2 , adanya peningkataan lingkup gerak sendi (LGS) lumbal gerakan fleksi T0 : 2 cm menjadi T6 : 4 cm, lumbal gerakan ekstensi T0 : 3 menjadi T6 : T6 : 4.  *William Flexion Exercise* merupakan latihan yang dirancang untuk menguatkan otot-ott yang memfleksikan lumbosakral spine, terutama pada otot-otot abdominal dan otot gluteus maximus serta juga meregangkan kelompok ekstensor punggung bawah.  Setelah dilakukan terapi latihan selama 6 kali pertemuan ini terjadi adanya penurunan spasme, nyeri berkurang , penguatan otot-otot fleksi trunk, dan akhirnya menambah LGS dan kemampuan fungsional pasien. |
| **Keywords : *Low Back Pain myogenic Nonspesific, William Flexion Exercise*** |