

**PENATALAKSANAAN *SHORT WAVE DIATHERMY* DAN WILLIAM  
FLEXION EXERCISE PADA NYERI PUNGGUNG BAWAH  
AKIBAT MYALGIA**



**DISUSUN OLEH :  
SHANDY SEKAR KUMLA SARI  
J 100 040 032**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Guna Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi  
Syarat-syarat untuk Menyelesaikan Program  
Studi Diploma III Fisioterapi**

**FAKULTAS ILMU KEDOKTERAN  
JURUSAN FISIOTERAPI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2007**

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah dengan judul “ PENATALAKSANAAN *SHORT WAVE DIATHERMY* DAN TERAPI LATIHAN PADA NYERI PUNGGUNG BAWAH AKIBAT MYALGIA “ telah disetujui oleh Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta :

Hari : Rabu

Tanggal : 25 Juli 2007

Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah

(Nama Terang)	(Tanda Tangan)
1. Wahyuni, SST, FT	.....
2. Agus Widodo, SST, FT	.....
3. Dwi Rosela, SST, FT	.....

Disahkan oleh

Ketua Jurusan Fisioterapi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Prof. Dr. Soetjipto, DSR

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah dengan judul “ PENATALAKSANAAN *SHORT WAVE DIATHERMY* DAN TERAPI LATIHAN PADA NYERI PUNGGUNG BAWAH AKIBAT MYALGIA “ telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta :

Surakarta, Juli 2007

Pembimbing KTI

Umi Budi Rahayu

## MOTTO

- ✚ Allah akan mengabulkan do'a mu apabila kamu berusaha dengan sungguh-sungguh.
- ✚ Kegagalan bukanlah akhir dari segalanya karena kegagalan itu merupakan awal dari keberhasilan.
- ✚ Menuju kedewasaan hidup merupakan perjalanan panjang yang harus kita hadapi.
- ✚ Jangan pernah menyerah sebelum kamu berusaha.
- ✚ Pengalaman merupakan suatu pelajaran yang paling berharga dalam hidup kita.
- ✚ Kejarlah masa depan mu' sampai kamu mendapatkannya dan jangan pernah menyerah.
- ✚ Yakinlah bahwa hari ini harus lebih baik dari hari kemarin.

## **PERSEMBAHAN**

Karya tulis ini kupersembahkan kepada:

- ❖ Allah SWT yang selalu memberiku kesempatan untuk menjadi lebih baik
- ❖ Ibu dan Bapak tercinta
- ❖ Kakak dan adikku (Sendy dan Anggih) yang tersayang
- ❖ Seseorang yang selalu memberi ku semangat (Andi Johan)
- ❖ Om ku yang baik ( Om Dede)
- ❖ Keluarga besarku
- ❖ Almamaterku

## **KATA PENGANTAR**

Assalammu'alaikum wr wb

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rammat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul : “Penatalaksanaan Short Wave Diathermy dan William Flexion Exercise pada Nyeri Punggung Bawah Akibat Myalgia”.

Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bantuan, saran dan bimbingan dalam karya tulis ilmiah ini yang antara lain kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, selaku rector Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Bapak Prof. Dr. Teuku Jacob, MS, MD, DSC, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Bapak Prof. Dr. Soetjipto, DSR, selaku Ketua Program Diploma Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Fisioterapi.
4. Bapak Totok Budi Santoso,SST, FT, S,Pd, selaku Sekretaris Progdi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
5. Ibu Umi Budi Rahayu, SST, FT, selaku dosen pembimbing yang dengan sabar dan ikhlas membimbing penulis dalam karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak dan Ibu pembimbing praktek klinis, dan segenap dosen Progdi DIII Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendidik penulis selama masa pendidikan.

7. Ibu dan Bapakku yang selalu memberikan do'a, semangat dan dorongan serta kasih sayangnya.
8. Kakak dan Adikku (Sendy dan Anggih)
9. Seseorang yang telah memberiku semangat dan kasih sayang, makasih sayanku (Andi Johan)
10. Om ku (Om Dede) yang selalu memberiku semangat dan dorongan.
11. Keluarga besarku terima kasih atas semangat dan dukungan
12. Teman baikku Purwanti dan Raya.
13. Keluarga besar Pati.
14. Teman-teman Akfis'04
15. Dan semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu makasih atas semuanya.

Dalam hal ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan karya tulis ini, oleh karena itu penulis berharap adanya saran dan kritik yang bersifat membangun agar karya tulis ilmiah ini menjadi lebih baik lagi.

Wassalamu'alaikum wr wb.

Surakarta, Juli ,2007

penulis

**PENATALAKSANAAN *SHORT WAVE DIATHERMY* DAN *WILLIAM FLEXION*  
*EXERCISE* PADA NYERI PUNGGUNG BAWAH AKIBAT  
*MYALGIA***

**Ringkasan**

**(Shandy Sekar K, Karya Tulis Ilmiah)**

Nyeri punggung bawah adalah nyeri pada pinggan tulang belakang L1 sampai seluruh sakrum dan otot-otot sekitarnya. Pada kondisi nyeri punggung bawah karena myalgia menimbulkan suatu permasalahan kapasitas fisik, yaitu adanya rasa nyeri, keterbatasan lingkup gerak sendi (LGS), Adanya spasme otot pada otot paravertebra dan permasalahan kemampuan fungsionalnya adalah kesulitan dalam posisi tidur terlentang ke posisi duduk, berjalan terlalu lama dan mengangkat benda berat.

Untuk mengatasi permasalahan yang timbul pada kondisi tersebut, modalitas fisioterapi yang digunakan adalah SWD (Short Wave Diathermy) dan terapi latihan William Flexion Exercise, juga diberikan edukasi pada penderita.

Tujuan dari pemberian modalitas terapi tersebut adalah untuk mengurangi nyeri, meningkatkan lingkup gerak sendi (LGS), mengurangi spasme, dan meningkatkan kemampuan fungsional. Setelan diberikan terapi sebanyak 6x didapat penurunan nyeri gerak To=7 menjadi T6=5, flexi To=62 cm menjadi T6= 65 cm, ekstensi To=51 cm menjadi T6=56 cm, lateral flexi dextra To= 42 cm menjadi T6= 45 cm, lateral flexi sinistra To= 45 cm menjadi T6= 48 cm, penurunan spasme otot To=1 menjadi T6=0, serta peningkatan kemampuan fungsional.



**PENATALAKSANAAN *SHORT WAVE DIATHERMY* DAN *WILLIAM FLEXION EXERCISE* PADA NYERI PUNGGUNG BAWAH AKIBAT *MYALGIA***

(Shandy sekar k)

(J 100 040 032)

**ABSTRAK**

Penatalaksanaan *Short Wave Diathermy* dan *William Flexion Exercise* pada nyeri punggung bawah akibat *myalgia*. Didalam pembuatan karya tulis ini dimaksudkan untuk memberikan informasi, pengetahuan dan pemahaman tentang nyeri punggung bawah pada daerah tulang-tulang L1 sampai *sacrum* dan otot-otot sekitarnya, sehingga menyebabkan timbulnya problematika baik pada kapasitas fisik dan kemampuan fungsional. Dan modalitas yang diberikan adalah *Short Wave Diathermy* dan *William Flexion Exercise*.

Metode penelitian yang digunakan dalam menyusun karya tulis ilmiah ini adalah studi kasus, Untuk memberikan penanganan efektif dan efisien, maka dilakukan metode pemeriksaan nyeri dengan VAS (Visual Analogue Scale), keterbatasan gerak dengan *midline*, dan kemampuan fungsional dengan skala *Jette*.

Untuk mengatasi permasalahan di atas, dapat digunakan modalitas berupa SWD (*Short Wave Diathermy*) dan terapi latihan (*William Flexion Exercise*). Dari modalitas tersebut didapatkan hasil yang cukup berarti, yaitu nyeri berkurang, spasme menurun, LGS (Lingkup Gerak Sendi) meningkat dan perbaikan kemampuan aktivitas fungsional.

Kata kunci : Penatalaksanaan *Short Wave Diathermy* dan *William Flexion Exercise* pada Nyeri Punggung Bawah Akibat *Myalgia*.