



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Penulisan	3
1.2.1 Tujuan umum	3
1.2.2 Tujuan khusus.....	3
1.3 Manfaat Penulisan	3
1.3.1 Manfaat praktis	3
1.3.2 Manfaat teoritis	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Definisi Nyeri Punggung Bawah (NPB).....	5
2.2 Spasme Otot	5
2.3 Anatomi.....	6
2.3.1 Tulang	6
2.3.2 <i>Discus intervertebrae</i>	7





2.3.3 Ligamen	7
2.3.4 Otot-otot punggung bawah.....	9
2.3.5 Vaskularisasi	12
2.3.6 Persarafan.....	13
2.4 Biomekanika	13
2.5 Patofisiologi Nyeri Punggung Bawah	14
2.6 Etiologi	15
2.7 Tanda dan Gejala	15
BAB 3 PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI.....	17
3.1 Definisi Masase	17
3.2. Indikasi Masase	17
3.3 Kontra Indikasi Masase.....	18
3.4 Penatalaksanaan Masase.....	18
3.4.1 <i>Stroking/effleurage</i>	18
3.4.2 Kompresi.....	18
3.4.3 <i>Friction</i>	19
3.4.4 <i>Petrisage/kneading</i>	19
3.4.5 <i>Deep longitudinal stripping</i>	19
3.5 Definisi PNF.....	20
3.6 Teknik–teknik PNF	20
3.6.1 <i>Rhythmical initiation</i>	20
3.6.2 <i>Repeated stretch</i>	21
3.6.3 <i>Combination of isotonic</i>	21
3.6.4 <i>Hold relax</i>	22



3.6.5 <i>Contract relax</i>	22
3.6.6 <i>Reversal of antagonis</i>	23
3.6.7 <i>Replication</i>	24
3.7 Prosedur Dasar PNF.....	24
3.7.1 <i>Optimum resistance</i>	24
3.7.2 <i>Irradiation dan reinforcement</i>	24
3.7.3 <i>Manual contact</i>	25
3.7.4 <i>Verbal stimulation</i>	25
3.7.5 <i>Visual feedback</i>	26
3.7.6 <i>Body position dan body mechanics</i>	26
3.7.7 <i>Traction dan approximation</i>	26
3.7.8 <i>Stretch</i>	27
3.7.9 <i>Timing</i>	27
3.7.10 <i>Pattern</i>	27
3.8 Penatalaksanaan PNF	27
3.8.1 <i>Chopping</i> ekstensi kedua anggota gerak atas secara asimetris dengan diikuti fleksi leher.....	28
3.8.2 Fleksi kedua anggota gerak atas secara asimetris dengan diikuti ekstensi leher.....	29
3.8.3 Fleksi kedua anggota gerak bawah dengan fleksi lutut untuk fleksi punggung bawah ke kanan.	30
3.8.4 Ekstensi kedua anggota gerak bawah dengan ekstensi lutut untuk ekstensi punggung bawah ke kiri.....	31
3.8.5 Lateral fleksi dari <i>trunk</i>	32



3.8.6 Pola gerak kombinasi dari <i>trunk</i>	32
BAB 4 RENCANA STUDI KASUS.....	34
4.1 Identitas Pasien.....	34
4.2 Data-data Medis Rumah Sakit	34
4.2.1 Diagnosis	34
4.2.2 Catatan medis	34
4.2.3 Pemeriksaan penunjang	34
4.2.4 Tindakan medis.....	35
4.3 Pemeriksaan Fisioterapi.....	35
4.3.1 Anamnesis	35
4.3.2 Pemeriksaan fisik	36
4.4 Diagnosis Fisioterapi.....	44
4.4.1 Problem kapasitas fisik	44
4.4.2 Problem kemampuan fungsional.....	44
4.4.3 Problem partisipasi sosial.....	44
4.5 Tujuan	44
4.5.1 Tujuan jangka pendek.....	44
4.5.2 Tujuan jangka panjang.....	44
4.6 Rencana Tindakan	45
4.7 Pelaksanaan	45
4.8 Evaluasi	48
BAB 5 PEMBAHASAN STUDI KASUS.....	54
5.1 Hasil Studi Kasus	54
5.2 Pembahasan Studi Kasus.....	56



BAB 6 PENUTUP.....	59
6.1 Kesimpulan	59
6.2 Saran	59
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN.....	64



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil pemeriksaan VAS.....	38
Tabel 4.2 Hasil pemeriksaan MMT.....	38
Tabel 4.3 Hasil pemeriksaan LGS trunk dan AGB D/S.....	39
Tabel 4.4 Hasil tes khusus pada nyeri punggung bawah	39
Tabel 4.5 Hasil pemeriksaa IDO.....	40
Tabel 4.6 Evaluasi	48
Tabel 4.7 Evaluasi pemeriksaan fungsional IDO.....	53
Tabel 5.1 Evaluasi nyeri dengan VAS.....	55
Tabel 5.2 Evaluasi <i>schober test</i>	56
Tabel 5.3 Evaluasi IDO.....	56



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Columna vertebrae</i> tampak lateral6
Gambar 2.2 <i>Discus intervertebrae</i>7
Gambar 2.3 Ligamen-ligamen yang memperkuat <i>columna vertebrae</i> tampak irisan sagital8
Gambar 2.4 <i>m. obliquus externus</i>9
Gambar 2.5 <i>m. obliquus internus</i>	10
Gambar 2.6 <i>m. transversus abdominis</i>	11
Gambar 2.7 <i>m. quadratus lumborum</i>	12
Gambar 3.1 <i>Chopping</i> ekstensi kedua anggota gerak atas posisi pasien terlentang	28
Gambar 3.2 <i>Chopping</i> ekstensi kedua anggota gerak atas posisi pasien duduk.....	29
Gambar 3.3 <i>Lifting</i> ke kiri dalam posisi terlentang	29
Gambar 3.4 <i>Lifting</i> ke kiri dalam posisi duduk.....	30
Gambar 3.5 Fleksi kedua anggota gerak bawah posisi pasien terlentang	30
Gambar 3.6 Fleksi anggota gerak bawah posisi pasien duduk...	31
Gambar 3.7 Ekstensi anggota gerak bawah posisi p terlentang .	31
Gambar 3.8 Lateral Fleksi dalam perpanjangan gerak	32
Gambar 3.9 Hasil akhir gerakan	32
Gambar 3.10 <i>Chopping</i> ke kiri dengan kedua tungkai fleksi ke Kanan.....	33