

**PENATALAKSAAN FISIOTERAPI DENGAN *ULTRASOUND*
DAN *CORE STABILITY EXERCISE* PADA KONDISI
SPONDILOSIS LUMBAL**

Indriani Ester Logor

Fakultas Keperawatan Program Studi Fisioterapi Universitas Katolik De La Salle
Manado

Email : logorindri@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Spondylosis lumbalis merupakan gangguan degeneratif yang terjadi pada corpus dan discus intervertebralis, yang ditandai dengan osteofit pada corpus vertebra tepatnya pada tepi inferior dan superior corpus. **Tujuan:** Untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi untuk mengurangi nyeri dengan menggunakan Ultrasound pada kondisi Spondilosis Lumbal dan penatalaksanaan fisioterapi dengan Core Stability Exercise untuk meningkatkan aktifitas fungsional pada kondisi spondilosis Lumbal. **Metode:** Studi kasus yang dilakukan kepada seseorang responden yang berumur 66 tahun dengan keluhan nyeri pada punggung bawahnya. **Hasil:** Setelah mendapatkan penanganan fisioterapi menggunakan modalitas *Ultrasound* dan *Core Stabilitaty Exercise* sebanyak 6 kali terapi dan dievaluasi menggunakan *Visual Analog Scale (VAS)* dan *Oswestry Disability Indeks*, menunjukkan adanya penurunan tingkatan nyeri dan adanya peningkatan kemampuan aktivitas fungsional yang dirasakan pasien yang awalnya pada terapi pertama pasien merasakan nyeri diam 0, nyeri gerak 7, nyeri tekan 5 dan pada terapi ke enam didapatkan skor nyeri diam 0, nyeri gerak 5, nyeri tekan 3, kemudian pada aktivitas fungsional pada terapi pertama dengan hasil 42% menjadi 30% pada terapi ke enam. **Kesimpulan:** dengan dilakukannya penanganan fisioterapi menggunakan modalitas *Ultrasound* dan *Core Stability Exercise* yang dilakukan sebanyak 6 kali terapi didapatkan hasil adanya penurunan tingkatan nyeri dan adanya peningkatan kemampuan aktivitas fungsional.

Kata kunci : *Spondylosis lumbalis, Ultrasound, Core Stability Exercise*

Kepustakaan : 9 Jurnal (2015-2021), 10 *E-book* (2017-2021).

PHYSIOTHERAPY INTERVENTION WITH ULTRASOUND AND CORE STABILITY EXERCISE ON LUMBAR SPONDYLOSIS CONDITION

Indriani Ester Logor

Faculty of Nursing, Physiotherapy Study Program, Universitas Katolik De La Salle
Manado

Email : logorindri@gmail.com

Abstract

Background: Lumbar spondylosis is a degenerative disorder that occurs in the corpus and vertebral disc, which is characterized by osteophytes in the vertebral corpus exactly at the inferior and superior edges of the corpus. **Objective:** To determine physiotherapy intervention to reduce pain using ultrasound on Lumbar Spondylosis condition and physiotherapy intervention with Core Stability Exercise to improve functional activities on Lumbar Spondylosis condition. **Methods:** A case study conducted on a 66-year-old respondent with complaints of pain on lower back. **Results:** After receiving physiotherapy intervention using the modality of ultrasound and Core Stability Exercise as many as 6 times of therapies and evaluated using Visual Analogue Scale (VAS) and Oswestry Disability Index, showed a decrease in pain levels and an increase in the ability of functional activities felt by the patient, which initially in the first therapy the patient felt stationary pain 0, motion pain 7, pressure pain 5 and in the sixth therapy obtained a score of stationery pain 0, motion pain 5, pressure pain 3, then in functional activity in the first therapy with the results of 42% to 30% in the sixth therapy. **Conclusion:** With physiotherapy intervention using Ultrasound modality and Core Stability Exercise performed for 6 therapy times, the results showed a decrease in pain levels and increase in functional activity ability.

Keywords: Lumbar spondylosis, Ultrasound, Core Stability Exercise

Literature: 9 Journals (2015=2021), 10 E-books (2017-2021).

This translation has been checked and proven accurate.



Rafael H. Y. Sengkey, S.S., M.Pd.

Head of Language Development Office Universitas Katolik De La Salle Manado