

PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *HERNIA NUKLEUS PULPOSUS* DI RS BHAYANGKARA TK.I POLRI

Nazwa Deva Palcusa

Abstrak

Latar belakang: *Hernia nucleus pulposus* (HNP) merupakan suatu kondisi dimana *annulus fibrosus* pecah dan menyebabkan penonjolan *nucleus pulposus* yang berada diruang *diskus intervertebralis*. Hal ini menyebabkan kompresi pada akar saraf di dekatnya yang mengarah ke rasa nyeri di daerah pinggang yang menjalar hingga ke ekstremitas bawah terutama saat berdiri, duduk atau membungkuk. Orang yang mengalami HNP akan mengalami gejala seperti rasa nyeri yang menjalar, gangguan sensorik, adanya kelemahan otot, ruang lingkup gerak terbatas, dan beberapa aktivitas yang memicu nyeri yang menjalar seperti batuk, bersin, dan membungkuk. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kasus HNP. **Tujuan studi kasus:** untuk mengetahui bagaimana penatalaksanaan fisioterapi pada kasus HNP di Rs Bhayangkara TK.I Polri. **Desain:** studi kasus yang dilakukan merupakan berbentuk studi kasus berisikan mengenai data pasien yang meliputi identitas pasien, hasil anamnesa, pemeriksaan fisioterapi, intervensi, serta evaluasi. **Hasil:** penatalaksanaan fisioterapi dengan modalitas Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Microwave Diathermy, McKenzie exercise dan Bridging exercise pada kasus HNP lumbal dapat mengurangi nyeri, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan lingkup gerak sendi dan mengurangi spasme. **Kesimpulan:** Untuk mencapai tujuan yang diinginkan diperlukan konsistensi dalam pemberian intervensi dan melakukan home program.

Kata kunci: *Hernia nucleus pulposus, Diskus intervertebralis, Nyeri menjalar, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Microwave Diathermy, McKenzie exercise, Bridging exercise*

MANAGEMENT OF PHYSIOTHERAPY IN CASE HERNIA NUCLEUS PULPOSUS AT RS BHAYANGKARA TK.I POLRI

Nazwa Deva Palcusa

Abstract

Background: A *nucleus pulposus hernia* (HNP) is a condition where the annulus fibrosus ruptures and causes protrusion of the nucleus pulposus in the intervertebral disc space . This causes compression on nearby nerve roots leading to pain in the lumbar region that radiates to the lower extremities especially when standing, sitting or bending. People who experience HNP will experience symptoms such as radiating pain, sensory disturbances, muscle weakness, limited scope of motion, and some activities that trigger radiating pain such as coughing, sneezing, and bending over. this study aims to determine physiotherapy management in HNP cases. **Purpose of the case study:** to find out how physiotherapy management in HNP cases at Rs Bhayangkara TK.I Polri. **Design:** the case study conducted is in the form of a case study containing patient data which includes patient identity, anamnesis results, physiotherapy examination, intervention, and evaluation. **Results:** physiotherapy management with the modality of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Microwave Diathermy, Mckenzie exercise and Bridging exercise in cases of lumbar HNP can reduce pain, increase muscle strength, increase the scope of joint motion and reduce spasm. **Conclusion:** Achieving the desired goal requires consistency in providing interventions and conducting home programs.

Keywords: *Herniated nucleus pulposus, intervertebral disc, radiating pain, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Microwave Diathermy, Mckenzie exercise, Bridging exercise*