

# **PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *HERNIA NUCLEUS PULPOSUS LUMBAL* DI RUMAH SAKIT DR. SUYOTO**

**Maya Mauliddiya**

## **Abstrak**

*Hernia Nucleus Pulposus* merupakan terjadinya robekan pada *annulus fibrosus discus intervertebralis*, dan *nucleus pulposus* keluar melalui robekan *annulus fibrosus*, sehingganya terjadi penekanan akar saraf tulang belakang. Robeknya *annulus fibrosus* menyebabkan kompresi akar saraf ini menyebabkan nyeri pada punggung bawah. Prevalensi penderita HNP Lumbal di setiap tahunnya sangat bervariasi dengan angka mencapai 15-45% populasi dengan insiden tertinggi terjadi pada rentang usia 30 – 50 tahun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi HNP Lumbal. Penelitian ini menggunakan metode *case study* dengan seorang pasien perempuan Ny. N berusia 61 tahun dengan diagnosis medis *Hernia Nucleus Pulposus Lumbal*. Alat ukur yang digunakan untuk mengetahui gangguan aktivitas fungsional lumbal yaitu *Oswestry Disability Index* (ODI). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan fisioterapi sebanyak 5 kali dalam kurun waktu 3 minggu dengan pemberian intervensi TENS, *Infrared*, dan latihan *McKenzie* ditemukan bahwa modalitas tersebut dapat menurunkan rasa nyeri, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan lingkup gerak sendi, dan meningkatkan aktifitas fungsional pada pasien *Hernia Nucleus Pulposus Lumbal*. Kesimpulan dari penelitian adalah pemberian intervensi fisioterapi memberikan efek yang positif bagi pasien HNP lumbal setelah 5 kali terapi.

**Kata Kunci** : *Hernia Nucleus Pulposus Lumbal, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Infrared, McKenzie, Oswestry Disability Index.*

# **PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT IN *HERNIA NUCLEUS PULPOSUS LUMBAL* AT DR. SUYOTO HOSPITAL**

**Maya Mauliddiya**

## **Abstract**

*Herniated Nucleus Pulposus* is a tear in the annulus fibrosus of the intervertebral disc, and the nucleus pulposus exits through the annulus fibrosus tear, resulting in compression of the spinal nerve roots. Tearing of the annulus fibrosus leads to compression of this nerve root causing pain in the lower back. The prevalence of Lumbar HNP in each year varies greatly with figures reaching 15-45% of the population with the highest incidence occurring in the age range of 30 - 50 years. The purpose of this study was to determine the physiotherapy management of the condition of Lumbar HNP. This study uses a case study method with a female patient Mrs. N aged 61 years with a medical diagnosis of Lumbar Nucleus Pulposus Hernia. Using one HNP patient sample. The measuring tool used to determine lumbar functional activity disorders is the Oswestry Disability Index (ODI). The results of this study indicate that after physiotherapy was performed 5 times within a period of 3 weeks by providing TENS, Infrared, and McKenzie exercise interventions, it was found that these modalities could reduce pain, increase muscle strength, increase joint range of motion, and increase functional activities in patients with Lumbar Nucleus Pulposus Hernia. The conclusion of the study is that the provision of physiotherapy interventions has a positive effect on lumbar HNP patients after 5 times of therapy.

**Keywords** : *Hernia Nucleus Pulposus Lumbal, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Infrared, McKenzie, Oswestry Disability Index*