

PEMBERIAN *TRANSCUTANEUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION (TENS)*, *THERAPEUTIC EXERCISE* DAN *KINESIOLOGY TAPING* UNTUK MENINGKATKAN *ENDURANCE BACK EXTENSOR MUSCLE* PADA PENDERITA *CHRONIC LOW BACK PAIN*

Stevanny

Abstrak

Studi kasus ini dilakukan untuk mengkaji hasil pemberian *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *Therapeutic Exercise* dan *Kinesiology Taping* untuk meningkatkan *endurance back extensor muscle* pada penderita *chronic low back pain*. Low Back Pain adalah nyeri, ketegangan otot, atau kekakuan dilokalisasi di bawah batas kosta dan di atas lipatan gluteal inferior, dengan atau tanpa sciatica, dan didefinisikan sebagai kronis bila bertahan selama 12 minggu atau lebih. Desain studi karya tulis ilmiah akhir ini adalah pre post case study design, waktu pengambilan data dilaksanakan dari 28 Mei – 20 Juni 2018 yang dilaksanakan di RSUD Cengkareng. Parameter yang digunakan untuk mengukur *endurance back extensor muscle* adalah Biering Sorenson test. Intervensi ini diberikan sebanyak 10 kali selama 4 minggu. Berdasarkan hasil evaluasi didapatkan adanya peningkatan *Endurance Back Extensor Muscle* dari T0 = 39 detik dengan peningkatan menjadi T10 = 78 detik. Kesimpulannya pemberian *TENS*, *Therapeutic Exercise* dan *Kinesiology Taping* dapat meningkatkan *Endurance Back Extensor Muscle* pada pasien dengan kasus *Chronic Low Back Pain*.

Kata Kunci : CLBP, *Endurance*, *Kinesiology Taping*, *TENS*, *Therapeutic Exercise*.

THE PROVISION OF TRANSCUTANEUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION (TENS), THERAPEUTIC EXERCISE AND KINESIOLOGY TAPING TO IMPROVE ENDURANCE BACK EXTENSOR MUSCLE IN PEOPLE WITH CHRONIC LOW BACK PAIN

Stevanny

Abstract

This case study was conducted to study the results of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) administration, Therapeutic Exercise and Kinesiology Taping to improve endurance back extensor muscle in patients with chronic low back pain. Low Back Pain is pain, muscle tension, or stiffness localized below the costal margin and above the inferior gluteal fold with or without sciatica, and is defined as chronic if it lasts for 12 weeks or more. The study design of this final scientific paper is pre-post case study design, the data collection time was carried out from 28 May to 20 June 2018 carried out in Cengkareng Hospital. The parameter used to measure endurance back extensor muscle is Biering Sorenson test. This intervention was given 10 times for 4 weeks. Based on the evaluation results, there was an increase in Endurance Back Extensor Muscle from T0 = 39 seconds with an increase to T10 = 78 seconds. In conclusion, the administration of TENS, Therapeutic Exercise and Kinesiology Taping can increase Endurance Back Extensor Muscle in patients with Chronic Low Back Pain.

Keywords : CLBP, Endurance, Kinesiology Taping, TENS, Therapeutic Exercise.