

PEMBERIAN *TRANSCUTANEOUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN *DISABILITY* PADA PASIEN *CHRONIC LOW BACK PAIN MYOGENIC*

Muhammad Farhan Daffa Fadillah

Abstrak

Low back pain adalah salah satu keluhan yang sering dijumpai di masyarakat akibat kesalahan posisi pada saat berkerja, sehingga timbulnya nyeri pada bagian punggung bawah yang di sebabkan karena kelelahan otot pada bagian punggung bawah, oleh karena itu adanya nyeri punggung bawah dapat mengakibatkan terganggunya aktifitas fungsional seseorang. Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mengkaji hasil pemberian *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* dan *Core Stability Exercise* dapat menurunkan disability pada pasien *Low Back Pain Myogenic Chronic*. Pengambilan data ini menggunakan metode pre dan post case study, di ambil di RSUD Cengkareng. Pasien berusia sekitar 20-70 tahun dan merasakan nyeri lebih dari 3 bulan. Parameter yang digunakan untuk mengukur disability adalah *Oswestry Disability Index*. Intervensi yang diberikan sebanyak 6 kali perlakuan. Berdasarkan hasil evaluasi bahwa terjadi penurunan disabilitas dari pertemuan pertama sebesar 40% dan pada saat pertemuan terakhir sebesar 34% dari 6 kali pertemuan telah didapatkan hasil penurunan disabilitas sebanyak 6% menggunakan pengukuran *Oswestry Disability Index*. Disimpulkan bahwa pemberian *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* dan *Core Stability Exercise* dapat menurunkan disabilitas pada pasien *Low Back Pain Myogenic Chronic*.

Kata Kunci : *Core Stability Exercise, Low Back Pain, Oswestry Disability Index, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation.*

GIVING TRANSCUTANEOUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION AND CORE STABILITY EXERCISE TO REDUCE DISABILITY IN CHRONIC LOW BACK PAIN MYOGENIC PATIENTS

Muhammad Farhan Daffa Fadillah

Abstract

Low back pain is one of the complaints that is often found in the community due to faulty position at work, so that the onset of pain in the lower back is caused due to muscle fatigue in the lower back, therefore the presence of lower back pain can cause disruption of one's functional activities . The purpose of this paper is to examine the results of the administration of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation and Core Stability Exercise can reduce disability in Myogenic Chronic Low Back Pain patients. This data collection uses the pre and post case study methods, taken at Cengkareng Hospital. Patients are around 20-70 years old and feel pain for more than 3 months. The parameters used to measure disability are the Oswestry Disability Index. Intervention given 6 times. Based on the results of the evaluation that there was a disability decrease from the first meeting of 40% and at the last meeting of 34% of the 6 meetings there were 6% disability reduction results using the Oswestry Disability Index. It was concluded that administration of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation and Core Stability Exercise can reduce disability in Myogenic Chronic Low Back Pain patients.

Keywords : Core Stability Exercise, Low Back Pain, Oswestry Disability Index, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation.