

# PEMBERIAN INTERVENSI MCKENZIE EXERCISE UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN FUNGSIONAL PADA PENDERITA LOW BACK PAIN

Willy Tri Permana Putra

## Abstrak

Literatur review ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh pemberian intervensi mc kenzie exercise untuk dapat memberikan peningkatan kemampuan fungsional terhadap penderita nyeri punggung bagian bawah. Low back pain merupakan keluhan yang banyak di dapati pada masyarakat akibat posisi pada saat berkerja yang salah. Penyebab umum nyeri punggung melibatkan cedera dibagian otot, tulang dan syaraf tulang belakang. Nyeri timbul karena kelainan organ-organ di dalam perut, panggul, ataupun juga bisa merasa di belakang. Ini disebut nyeri yang dirujuk. Banyak gangguan di dalam perut, seperti usus buntu, aneurisma, penyakit ginjal, infeksi ginjal, infeksi kandung kemih, panggul infeksi, gangguan ovarium, fibroid uterus, dan endometriosis antara lain, dapat menyebabkan rasa sakit yang dirujuk bagian belakang. Tujuan dari penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini ialah Pemberian intervensi *Mc Kenzie Exercise* dapat mengurangi keterbatasan fungsional pada penderita *Low Back Pain*. Desain Studi Karya Tulis Ilmiah Akhir ini adalah *literatur riview*. Parameter yang digunakan untuk mengukur aktivitas fungsional pasien *Low Back Pain* adalah *Oswentri Disability Index*.

**Kata Kunci :** Functional Dissability, Low Back Pain, Mc Kenzie Exercise, Oswentri Disability Index.

# **PROVIDING MC KENZIE INTERVENTION EXERCISE TO IMPROVE FUNCTIONAL ABILITY IN LOW BACK PAIN SUFFERERS**

**Willy Tri Permana Putra**

## **Abstarct**

This review literature aims to analyze the effect of giving mc kenzie exercise intervention to be able to provide increased functional ability to patients with lower back pain. Low back pain is a complaint that is often found in the community due to the position when working wrong. A common cause of back pain involves injuries to the muscles, bones and nerves of the spine. Pain arises due to abnormalities of the organs in the abdomen, pelvis, or can also feel behind. This is called referred pain. Many disorders in the stomach, such as appendicitis, aneurysms, kidney disease, kidney infections, bladder infections, pelvic infections, ovarian disorders, uterine fibroids, and endometriosis, among others, can cause pain that is referred to the back. This Final Scientific is the provision of Mc Kenzie Exercise intervention can reduce functional limitations in patients with Low Back Pain. Design Study This Final Scientific Paper is a literature review. The parameter used to measure the functional activity of Low Back Pain patients is the Oswentri Disability Index.

**Keywords** : Functional Dissability, Low Back Pain, Mc Kenzie Exercise, Oswentri Disability Index.