

Nama: Viegay Rolansyah  
Dosen Pembimbing: Ulva Noviana, S. Kep,Ns.,M. Kep  
NIM: 17114010006  
Program Studi DIII- Fisioterapi  
STIKes Ngudia Husada Madura

**“PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS  
*HERNIA NUCLEUS PULPOSUS (HNP)* DENGAN  
MODALITAS *TENS* DAN *MC. KENZIE EXERCISE* DI  
RSI JEMURSARI SURABAYA”**

**ABSTRAK**

*Hernia nucleus pulposus* merupakan penyakit punggung bagian bawah terjadi karena faktor *overuse*, degeneratif, trauma/benturan, pergeseran tulang vertebra, dan pergeseran pada bantalan antar vertebra. Penyakit ini menimbulkan gangguan nyeri punggung menjalar pada tungkai dan menyebabkan kompresi akar saraf *ischialgia*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penatalaksanaan *TENS* dan *Mc. Kenzie exercise* pada *hernia nucleus pulposus*.

Metode penelitian yang digunakan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini adalah pengkajian, diagnosa, anamnesis, dan intervensi. Metode penatalaksanaan yang digunakan yaitu *Tens* dan *Mc. Kenzie Exercise* yang merupakan strategi penurunan tingkat nyeri pada pasien *Hernia Nucleus Pulposus*.

Hasil yang didapatkan setelah dilakukan terapi sebanyak 3 kali pada tanggal 25 februari 2020 sampai 28 februari 2020 dengan diagnosa *Hernia Nucleus Pulposus* menggunakan metode *TENS* dan *Mc. Kenzie Exercise*, 1). Penurunan tingkat nyeri gerak dengan score 4, nyeri diam dengan score 3, nyeri tekan dengan score 4. Aktifitas fungsional didapatkan keterbatasan aktifitas fungsional anggota gerak atas dan anggota gerak bawah bagian kanan. T1 54%, kemudian T2 54% dan T3 30%. Maka dapat disimpulkan dari T1 sampai T3 pasien mengalami penurunan nyeri.

Disarankan kepada pasien untuk mengulangi latihan yang di berikan fisioterapi dan melakukannya di rumah secara rutin, mengurangi aktifitas mengangkat berat yang berlebihan, dan menggunakan korset saat beraktifitas.

**Kata Kunci:** *Hernia Nucleus Pulposus, Modalitas Tens Dan Mc. Kenzie Exercise.*