

Program Studi Sarjana Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Agustus, 2023

ABSTRAK

Muhammad Rafi Shidqi¹, Sigit Prasjo²

Pengaruh Kombinasi *McKenzie* Dan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* terhadap Aktivitas Fungsional Lansia dengan Kasus *Low Back Pain* di Posyandu Lansia Desa Ambokembang Kecamatan Kedungwuni

Pendahuluan: Peningkatan usia berpengaruh terhadap peningkatan masalah kesehatan, salah satunya adalah *Low Back Pain* (LBP). Proses degeneratif pada diskus intervertebralis dan ketidakseimbangan otot menyebabkan penurunan aktivitas fungsional. Intervensi yang bisa digunakan yaitu kombinasi intervensi *McKenzie* dan TENS.

Tujuan: mengetahui pengaruh Kombinasi *McKenzie* Dan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* terhadap Aktivitas Fungsional Lansia dengan Kasus *Low Back Pain* di Posyandu Lansia Desa Ambokembang Kecamatan Kedungwuni.

Metode: Penelitian ini menggunakan *quasi experimental design* dengan tipe *one group pre test* dan *post test design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Penelitian ini melibatkan 30 responden lansia dengan kasus LBP yang kemudian diberikan intervensi kombinasi *McKenzie* dan TENS 3 kali seminggu selama 4 minggu. Alat ukur yang digunakan adalah *Oswestry Disability Index*. Data yang didapatkan kemudian dianalisa menggunakan *paired sample T-test*.

Hasil: 30 responden paling banyak berusia 60-64 tahun (60%) dengan pembagian 4 laki-laki dan 26 perempuan telah didapatkan. Hasil analisa *paired sample T-test* menunjukan *p value* = 0,000 antara intervensi kombinasi *McKenzie* dan TENS terhadap aktivitas fungsional

Simpulan: Terdapat pengaruh *McKenzie* Dan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* terhadap Aktivitas Fungsional.

Saran : Bagi profesi fisioterapi untuk menjadikan penelitian ini sebagai salah satu *evidencebased practice* untuk mengatasi kasus LBP pada lansia

Kata kunci : LBP, *McKenzie*, TENS, Lansia
Daftar Pustaka : 38 (2013-2023)