

INTISARI

Latar Belakang: *Low Back Pain* (LBP), atau dalam bahasa Indonesia disebut nyeri punggung bawah merupakan salah satu keluhan yang dapat menurunkan produktivitas manusia. Keluhan tersebut berdampak pada gangguan gerak dan fungsi fleksibilitas tulang belakang yang berakibat pada gangguan aktivitas sehari-hari. Prevalensi LBP di Indonesia diperkirakan berkisar antara 7,6-37%. LBP juga merupakan salah satu penyakit sering didapati pada pasien Poli Saraf RS PKU Muhammadiyah Gamping. Salah satu pilihan terapi yang ditawarkan adalah fisioterapi. Fisioterapi pada penderita nyeri punggung bawah bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri dan pemeliharaan serta pemulihan lingkup gerak sendi dan kekuatan otot. Fisioterapi juga berguna untuk mencegah atau mengurangi kekambuhan, mengurangi disabilitas menjadi seminimal mungkin dan mengembalikan kemampuan fungsional semaksimal mungkin.

Metode: Eksperimental semu (*quasi experimental design*) dengan pendekatan *Pretest and Posttest with Control Group Design*. Penelitian ini membagi sampel penelitian dari pasien LBP menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dengan pemberian fisioterapi dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan fisioterapi dengan jumlah sampel pada masing-masing kelompok sebanyak 31 orang dan disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat kenaikan nilai ADL (*Activities of Daily Living*) yang signifikan pada kelompok yang mendapatkan fisioterapi (intervensi), dengan mean pretest $86,67 \pm 6,16$ dan mean posttest $93,05 \pm 4,35$ ($p < 0,05$). Pada kelompok kontrol didapatkan adanya peningkatan nilai ADL dengan mean pretest $86,25 \pm 6,25$ dan mean posttest $90,83 \pm 4,85$ ($p > 0,05$). Secara statistik terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0,05$) antara nilai akhir kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol.

Kesimpulan: Terdapat peningkatan nilai ADL pada kedua kelompok penelitian, dengan kelompok intervensi memiliki kenaikan yang bermakna secara statistik ($p < 0,05$) dan kelompok kontrol memiliki kenaikan yang tidak bermakna secara statistik ($p > 0,05$). Dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan fisioterapi pada pasien LBP di RS PKU Muhammadiyah Gamping dapat meningkatkan nilai ADL.

Kata Kunci: *Low back pain* (LBP), *Activities of Daily Living* (ADL), Fisioterapi, Indeks Barthel

ABSTRACT

Background: *Low Back Pain (LBP)*, is one of symptom which can reduce human productivity. The complaint, resulting in hearing the motion and function of the flexibility of the spine that results in disruption of daily activities. The prevalence of LBP in Indonesia is estimated in range between 7.6 to 37%. LBP is also one disease which is often found in neuro clinic at PKU Muhammadiyah Gamping Hospital. One option offered treatment is physiotherapy. Physiotherapy in patients with low back pain is aimed at reducing pain and the maintenance and restoration of range of motion and muscle strength. Physiotherapy is also useful to prevent or reduce recurrence, reduce to a minimum disability and restore functional ability as best as possible.

Methods: Quasi-experimental (quasi-experimental design) approach with pretest and posttest control group design. This study divides the sample of LBP patients into two groups: the intervention group with the provision of physiotherapy and a control group that did not receive physiotherapy by the number of samples in each group of 31 people and adapted to the inclusion and exclusion criteria.

Result: The results showed that there is a rise in the ADL (Activities of Daily Living) value significantly in the group which receiving physiotherapy (intervention), with a pretest mean of 86.67 ± 6.16 and posttest mean of 93.05 ± 4.35 ($p < 0, 05$). In the control group has gained an increase in the value of ADL with a pretest mean of 86.25 ± 6.25 and posttest mean of 90.83 ± 4.85 ($p > 0.05$). The differences were statistically significant ($p < 0.05$) between the end value of the intervention group than the control group.

Conclusion: There is an increase in the value of ADL in both study groups, the intervention group had a statistically significant increase ($p < 0.05$) and the control group had increase was not statistically significant ($p > 0.05$). It can be concluded that the use of physiotherapy in patients with LBP at PKU Muhammadiyah Gamping Hospital can increase the value of ADL.

Keywords: *Low back pain (LBP), Activities of Daily Living (ADL), Physiotherapy, Barthel Index*