

Pengaruh Program Fisioterapi Terhadap Derajat Kejadian *Kinesiophobia* Pada Pasien Hernia Nukleus Pulposus (Hnp) Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo

Muhammad Hashfi Luthfillah Hanmi, Tutik Ermawati, Rahmawati Wulansari
Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

ABSTRAK

Hernia nukleus pulposus (HNP) merupakan suatu kondisi terjadinya sobekan pada annulus fibrosus sehingga menyebabkan ekstruksi dari nukleus pulposus. Hernia nukleus pulposus merupakan salah satu penyebab dari *low back pain*. Rasa nyeri yang dialami oleh penderita HNP dapat menyebabkan suatu rasa kekhawatiran dan ketakutan berlebih untuk melakukan suatu gerakan akibat perasaan rentan terhadap cedera atau disebut kejadian *kinesiophobia*. Kejadian tersebut dapat mengurangi kualitas hidup penderita HNP. *Microwave diathermy*, TENS, dan McKenzie, merupakan program fisioterapi yang dapat menurunkan rasa nyeri pada penderita HNP. Penelitian terdahulu menunjukkan terdapat pengaruh antara program fisioterapi dengan penurunan kejadian *kinesiophobia* dan rasa nyeri pada penderita HNP. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh program fisioterapi terhadap penurunan derajat kejadian *kinesiophobia* pada pasien HNP di RSUD Prof. dr. Margono Soekarjo. Desain penelitian ini adalah *quasy experimental* dengan pendekatan *pre and post test one group design* pada populasi terjangkau semua pasien rawat jalan didiagnosa terkena HNP di RSUD Margono yang menjalani atau telah melakukan terapi modalitas dan terapi latihan. Sebanyak 27 responden terpilih sebagai sampel dengan metode *consecutive sampling*. Analisis bivariat dilakukan dengan uji *Paired T Test*. Penelitian ini disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Kedokteran FK Unsoed. Hasil penelitian menunjukkan nilai $P=0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara program fisioterapi dengan penurunan derajat kejadian *kinesiophobia* pada pasien HNP di RSUD Prof. dr. Margono Soekarjo.

Kata Kunci : *Hernia Nukelus Pulposus, Derajat Kejadian Kinesiophobia, Program Fisioterapi*

**Effect of Physiotherapy Program on the Degree of *Kinesiophobia* in
Herniated Nucleus Pulposus (HNP) Patients in RSUD Prof. Dr. Margono
Soekarjo**

Muhammad Hashfi Luthfillah Hanmi, Tutik Ermawati, Rahmawati Wulan Sari
Faculty of Medicine Jenderal Soedirman University, Purwokerto, Indonesia

ABSTRACT

Introduction : Herniated nucleus pulposus (HNP) is a condition where a tear occurs in the annulus fibrosus that causes the extrusion of the nucleus pulposus. Herniated nucleus pulposus is one of the causes of low back pain. The pain experienced by people with HNP can cause an excessive sense fear of movement due to the feelings of vulnerability to injury is called *kinesiophobia*. The occurrence of *kinesiophobia* can reduce the quality of life of HNP patients. Microwave diathermy, TENS and McKenzie, are physiotherapy programs that can reduce pain in HNP patients. Previous studies have shown that there is an effect between the physiotherapy program and the reduction in the occurrence of *kinesiophobia* and pain in HNP patients. The aim of the study was to determine the effect of the physiotherapy program on decreasing the degree of *kinesiophobia* in HNP patients in RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo. The study was conducted using quasi experimental method with pre- and post-test one group design in an accessible population of all outpatients diagnosed with HNP in RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo undergoing or have done modality therapy and exercise therapy. A total of 27 respondents were selected as samples using the consecutive sampling method. Bivariable analysis was done by using paired T-Test. This study was approved by the Research Ethics Committee of Faculty of Medicine Jenderal Soedirman University. The result of this study shows $p = 0,000$. It was concluded there is an effect between the physiotherapy program on decreasing the degree of *kinesiophobia* in HNP patients in RSUD Prof. dr. Margono Soekarjo.

Keyword : Herniated nucleus pulposus, Degree of *Kinesiophobia*, Physiotherapy program