# Pengaruh *Nerve Mobilization* Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Dan Peningkatan Aktivitas Fungsional Pada *Lower Limb Radicular Pain* Di Dukuh Soko

Athaya Zuhra Silanurrahmi[1], Dita Mirawati[2]
athayazuhra812@gmail.com
[1,2]Universitas 'Aisyiyah Surakarta

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** *Lower limb radicular pain* adalah kondisi nyeri akibat iritasi atau kompresi akar saraf lumbal yang menyebabkan nyeri menjalar ke ekstremitas bawah dan keterbatasan aktivitas fungsional. *Nerve Mobilization Exercise* merupakan modalitas fisioterapi yang efektif dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan aktivitas fungsional melalui mekanisme hipoalgesik dan penurunan inflamasi saraf. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh *Nerve Mobilization Exercise* terhadap penurunan nyeri dan peningkatan aktivitas fungsional pada *lower limb radicular pain* di Dukuh Soko. **Metode:** Penelitian menggunakan desain *one group pre-test post-test* dengan 25 responden (*purposive sampling*). Intervensi diberikan 3 kali per minggu selama 3 minggu. Nyeri diukur dengan *Visual Analog Scale* (VAS) dan aktivitas fungsional dengan *Modified Oswestry Disability Index* (MODI), dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* ($p < 0,05$). **Hasil:** Terdapat penurunan nilai rata-rata VAS dari 4,72 sebelum intervensi menjadi 2,92 setelah intervensi ($p < 0,001$) dan penurunan nilai rata-rata MODI dari 28,88 sebelum intervensi menjadi 19,44 setelah intervensi ($p < 0,001$). **Kesimpulan:** *Nerve Mobilization Exercise* berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan nyeri dan peningkatan kemampuan aktivitas fungsional pada *lower limb radicular pain* di Dukuh Soko.

**Kata Kunci:** Aktivitas Fungsional, *Lower Limb Radicular Pain,* MODI, *Nerve Mobilization Exercise*, Nyeri, VAS