

SUMMARY

PERBEDAAN EFEK LATIHAN NEURAC METHOD DENGAN LATIHAN PILATES TERHADAP PENINGKATAN STABILITAS LUMBO-PELVIC

Created by NOVLINDA SUSY ANRIANAWATI MANURUNG

Subject : PERBEDAAN EFEK LATIHAN NEURAC

Subject Alt : PERBEDAAN EFEK LATIHAN NEURAC

Keyword : PERBEDAAN EFEK LATIHAN NEURAC

Description :

untuk mengetahui perbedaan efek metode neurac dan latihan pilates terhadap peningkatan stabilitas lumbo-pelvic mahasiswa dan karyawan AKFIS UKI. sampel : 20 orang yang dipilih berdasarkan teknik purposive sampling dan dikelompokkan menjadi dua yaitu, kelompok perlakuan (neurac method) 10 orang dan kelompok control (pilates) 10 orang. Metode : Jenis penelitian ini adalah kuasi eksperimental untuk mengetahui efek suatu intervensi yang dilakukan terhadap objek penelitian. Analisis statistik penelitian ini menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test dan Mann Whitney U Test. Hasil : hasil uji homogenitas dengan uji Levene's test menunjukkan bahwa nilai $p=0,855$ berarti bahwa pada awal penelitian antar kelompok perlakuan tidak terdapat perbedaan stabilitas. Hasil Wilcoxon Signed Rank's Test pada kelompok control nilai $p= 0,004$ dan pada kelompok perlakuan nilai $p= 0,008$ (intervensi yang diberikan pada masing-masing kelompok mempunyai efek yang bermakna terhadap peningkatan stabilitas), dan hasil Mann Whitney U Test menunjukkan nilai $p= 0,000$ sehingga H_0 ditolak, (ada perbedaan efek yang bermakna antara kelompok neurac dan kelompok pilates). Kesimpulan : terdapat perbedaan efek yang bermakna antara metode neurac dan latihan pilates terhadap peningkatan stabilitas lumbo-pelvic.

Date Create : 11/12/2013

Type : Text

Format : PDF

Language : Indonesian

Identifier : UEU-Undergraduate-2010-65-093

Collection : 2010-65-093

Source : Perpustakaan Esa Unggul

Relation Collection Universitas Esa Unggul

COverage : Sivitas Akademika Universitas Esa Unggul

Right : Copyright @2013 by UEU Library

Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

Contact Person :

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid (astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id)

Supervisor