

## SUMMARY

# BEDA EFEKANTARA PEMBERIAN LATIHAN DENGAN PENDEKATAN PILATES DAN MC. KENZIE TERHADAP PENURUNAN NYERIFUNGSIONAL PADA PENDERITA NYERI PINGGANG BAWAH NON SPESIFIK

Created by FAIZAH ABDULLAH

**Subject** : BEDA EFEKANTARA PEMBERIAN LATIHAN DENGAN PENDEKATAN PILATES DAN MC. KENZIE TERHADAP PENURUNAN NYERIFUNGSIONAL PADA PENDERITA NYERI PINGGANG BAWAH NON SPESIFIK

**Subject Alt** : BEDA EFEKANTARA PEMBERIAN LATIHAN DENGAN PENDEKATAN PILATES DAN MC. KENZIE TERHADAP PENURUNAN NYERIFUNGSIONAL PADA PENDERITA NYERI PINGGANG BAWAH NON SPESIFIK

**Keyword** : Pilates; Mc.Kenzie; Nyeri Pinggang Non Spesifik

### Description :

Latar Belakang: Dalam masyarakat keluhan nyeri punggung bawah tidak mengenal umur, jenis kelamin dan status sosial. Nyeri punggung bawah menghilangkan banyak jam kerja dan membutuhkan banyak biaya untuk penyembuhannya bahkan sebagai penyebab yang serius untuk menimbulkan nyeri dan disabilitas. Tujuan: Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui beda efek antara pemberian latihan dengan pendekatan Pilates dan Mc. Kenzie terhadap penurunan nyeri fungsional pada penderita nyeri punggung bawah non spesifik. Metode: Sampel terdiri dari 16 orang yang dipilih berdasarkan purposive random sampling. Sampel kemudian dikelompokkan kedalam 2 kelompok dengan cara diundi. Tingkat nyeri fungsional diukur dengan menggunakan Oswestry Low Back Pain Disability Index. Kelompok I diberi perlakuan dengan pendekatan Pilates sedangkan kelompok II diberi perlakuan latihan Mc.Kenzie. Penelitian ini dilakukan selama 6 minggu dengan frekuensi 2 kali seminggu. Hasil: T-test related pada kedua kelompok perlakuan didapatkan  $p < 0,05$  yang menyatakan ada pengaruh baik latihan dengan pendekatan Pilates maupun Mc.Kenzie terhadap penurunan nyeri fungsional. Uji T-test Independent menyatakan hasil yang bermakna dengan  $p < 0,05$ . Kesimpulan: Ada perbedaan pengaruh antara pemberian latihan dengan pendekatan Pilates dan Mc.Kenzie terhadap penurunan nyeri fungsional pada penderita nyeri punggung bawah non spesifik.

**Date Create** : 06/09/2013

**Type** : Text

**Language** : Indonesian

**Identifier** : UEU-Undergraduate-201065098

**Collection** : 201065098

**COverage** : Sivitas Akademika Universitas Esa Unggul

**Right** : Copyright ©2013 by UEU Library. This publication is protected by copyright and per obtained from the UEU Library prior to any prohibited reproduction, storage in a re transmission in any

form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, reco For information regarding permission(s), write to 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