

## SUMMARY

# PERBEDAAN EFEK MYOFASCIAL RELEASE TECHNIQUE DENGAN CONTRACT RELAX STRETCHING TERHADAP PENURUNAN NILAI DISABILITAS LEHER PADA KASUS MYALGIA

Created by MUTIARA YURISKA OKTAVIA

**Subject** : EFEK, LEHER, OTOT  
**Subject Alt** : EFFECTS, NECK, MUSCLE  
**Keyword** : myalgia;ultrasound;myofascial release technique;contract relax stretching;neck pain disability index (ndi)

### Description :

Latar belakang: Myalgia adalah nyeri otot yang berkaitan dengan kerja otot yg berlebihan, mendapat beban yang berlebihan atau overload, mendapat penguluran yang berlebihan atau overstretch dan cedera otot akibat olahraga atau aktivitas sehari-hari. Penyakit ini menimbulkan nyeri dan keterbatasan lingkup gerak sendi. Tujuan: untuk mengetahui perbedaan antara myofascial release technique dan ultrasound dengan contract relax stretching dan ultrasound dalam menurunkan nilai disabilitas leher pada kasus myalgia. Populasi adalah karyawan di Siloam hospital kebun jeruk selama 6 kali dalam 2 minggu pada bulan mei - juni 2015. Metode: penelitian bersifat kuasi eksperimental pre and post test group design dengan tehnik pengambilan sampel matching alocation. Dengan perhitungan rumus Pocock diperoleh 20 orang dibagi dalam 2 kelompok masing-masing 10 orang. Kelompok perlakuan 1 myofascial release technique dan ultrasound, kelompok perlakuan 2 dengancontract relax stretching dan ultrasound. Hasil: pengumpulan data dilakukan dengan mengukur nilai disabilitas leher menggunakan Neck Pain Disability Index (NDI) pada saat sebelum dan setelah perlakuan. Dari hasil pengamatan didapat rata-rata nilai NDI sebelum pada kelompok perlakuan 1 adalah  $7,90 \pm 3,47$  dan sesudah  $2,40 \pm 2,41$ . Pada kelompok perlakuan 2 didapat rerata nilai NDI sebelum yaitu  $8,4 \pm 3,204$  dan sesudah  $2,00 \pm 1,491$ . Uji hipotesis 1 dengan paired-samples t test  $p = 0,001$  ( $p < 0.05$ ) pada kelompok 1 myofascial release technique dan ultrasound dapat menurunkan nilai disabilitas leher pada kasus myalgia dan nilai hipotesis 2 dengan paired-samples t test  $p = 0,001$  ( $p < 0.05$ ) contract relax streching dan ultrasound dapat menurunkan nilai disabilitas leher pada kasus myalgia. Sedangkan rata-rata selisih antara sebelum dan sesudah kelompok perlakuan 1 adalah  $5,50 \pm 1,65$  dan kelompok perlakuan 2 adalah  $6,40 \pm 2,06$ . Hasil nilai hipotesis 3 dengan Independent T Test  $p = 0,296$  ( $p > 0.05$ ) tidak ada perbedaan antara myofascial release technique dan ultrasound dengan contract relax streching dan ultrasound dalam menurunkan nilai disabilitas leher pada kasus myalgia. Kesimpulan: myofascial release technique dan ultrasound sama baiknya dengan contract relax stretching dan ultrasound dalam menurunkan nilai disabilitas leher pada kasus myalgia.

**Date Create** : 28/06/2016  
**Type** : Text  
**Format** : PDF  
**Language** : Indonesian  
**Identifier** : UEU-Undergraduate-201366162  
**Collection** : 201366162  
**Source** : Undergraduate Theses of Physiotherapy  
**Relation Collection** Fakultas Fisioterapi

**COverage** : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul

**Right** : @Perpustakaan Universitas Esa Unggul

**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