

## SUMMARY

# PERBEDAAN EFEKTIVITAS ANTARA CORE STABILITY EXERCISE DAN GLUTEUS ACTIVATION EXERCISE TERHADAP DISABILITAS DAN KEKUATAN OTOT PADA NYERI PUNGGUNG BAWAH MIOGENIK

Created by ENDANG TRIANI

**Subject** : EFEKTIVITAS, OTOT, PUNGGUNG  
**Subject Alt** : EFFECTIVENESS, MUSCLE, BACKS  
**Keyword** : core stability exercise;gluteus activation exercise;disabilitas;kekuatan otot;nyeri punggung bawah miogenik;modi;sphygmomanometer

### Description :

Tujuan : Untuk mengetahui perbedaan efektivitas antara Core Stability Exercise dan Gluteus Activation Exercise terhadap disabilitas dan kekuatan otot pada nyeri punggung bawah miogenik. Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian quasi eksperimental untuk mengetahui perbedaan efektivitas dua intervensi yang dilakukan terhadap obyek penelitian. Sampel terdiri dari 12 orang wanita dan 8 orang laki-laki yang mengalami gangguan disabilitas di RSU Bunda Jakarta dan dipilih berdasarkan teknik purposive sampling dengan memilih sampel yang memiliki kriteria yang telah ditetapkan. Sampel dikelompokkan menjadi dua kelompok perlakuan, kelompok perlakuan I terdiri dari 10 orang dengan intervensi yang diberikan adalah Core Stability Exercise dan kelompok perlakuan II yang terdiri dari 10 orang dengan intervensi yang diberikan adalah Gluteus Activation Exercise. Hasil : Uji normalitas menggunakan Shapiro Wilk Test didapatkan nilai  $p > 0,05$  data berdistribusi normal pada hipotesis I,IV,V dan didapatkan nilai  $p < 0,05$  (0,05) tidak berdistribusi tidak normal pada hipotesis II,III,VI. Uji homogenitas menggunakan Levene's Test didapatkan nilai  $p > 0,05$  data homogen. Hasil uji hipotesis pada kelompok perlakuan I dengan Paired Sample T-test didapatkan hasil pengukuran Modified Oswestry Disability Index (MODI) dengan nilai  $p = 0,001$  yang berarti ada efek core stability exercise terhadap disabilitas dan nilai pengukuran Sphygmomanometer dengan nilai  $p = 0,001$  yang berarti ada efek core stability exercise terhadap kekuatan otot. Kelompok perlakuan II dengan Wilcoxon test didapatkan hasil pengukuran MODI dengan nilai  $p = 0,004$  yang berarti ada efek gluteus activation exercise terhadap disabilitas dan hasil pengukuran Sphygmomanometer dengan nilai  $p = 0,003$  yang berarti ada efek gluteus activation exercise terhadap kekuatan otot. Pada hasil uji hipotesis selisih kelompok perlakuan I dan II dengan Mann Whitney U test didapatkan hasil pengukuran MODI dengan nilai  $p = 0,614$  yang berarti tidak ada perbedaan efek antara core stability exercise dan gluteus activation exercise terhadap disabilitas dan selisih kelompok perlakuan I dan II dengan Sphygmomanometer dengan nilai  $p = 0,564$  yang berarti tidak ada perbedaan efek antara core stability exercise dan gluteus activation exercise terhadap kekuatan otot. Kesimpulan : Core stability exercise dan gluteus activation exercise sama baiknya dalam menurunkan disabilitas dan meningkatkan kekuatan otot.

**Contributor** : Sugijanto,Dipl.PT,M.Fis  
**Date Create** : 27/09/2016  
**Type** : Text  
**Format** : PDF  
**Language** : Indonesian  
**Identifier** : UEU-Undergraduate-201466153  
**Collection** : 201466153

**Call Number** : 66-2016-S046  
**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