

ABSTRAK



SKRIPSI, April 2013
Sri Suriani
Program Studi S-1 Fisioterapi,
Fakultas Fisioterapi,
Universitas Esa Unggul

LATIHAN “THERABAND” LEBIH BAIK MENURUNKAN NYERI DARIPADA LATIHAN QUADRICEP BENCH PADA OSTEOARTHRITIS GENU.

Terdiri VI Bab, 87 Halaman, 9 Tabel, 12 Gambar, 5 Grafik.

Tujuan : Untuk mengetahui latihan “Theraband” lebih baik menurunkan nyeri daripada latihan Quadricep Bench pada Osteoarthritis genu. **Metode** : Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimental untuk mengetahui efek suatu intervensi yang dilakukan terhadap objek penelitian. Sampel terdiri 20 orang pasien RSUD Sekayu yang nyeri lutut, dan dipilih berdasarkan tehnik *purposivesampling* dengan menggunakan tabel assesmin yang tersedia. Sampel dikelompokkan menjadi 2 kelompok perlakuan, kelompok perlakuan I latihan “Theraband” dan kelompok perlakuan II latihan Quadricep Bench yang masing-masing terdiri dari 10 orang. **Hasil** : Uji normalitas dengan *shapiro wilk test* didapat data sebelum dan sesudah kelompok perlakuan I dan II data berdistribusi tidak normal dan selisih kelompok I dan II data berdistribusi normal sedangkan uji homogenitas dengan *levne’s test* didapatkan data tidak homogen. Hasil uji hipotesis uji *Wilcoxon signed Rank test* sebelum dan sesudah perlakuan I yaitu nilai $p < 0,005$ dimana $p < 0,05$ ini berarti H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan latihan “Theraband” dapat menurunkan nyeri pada Osteoarthritis genu. Kemudian hasil uji *Wilcoxon Signed Rank test* perlakuan II yaitu nilai $p < 0,005$ dimana $p < 0,05$ ini berarti H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan latihan Quadricep Bench dapat menurunkan nyeri pada Osteoarthritis genu. Sedangkan hasil untuk uji *Independent Sample T test* yaitu selisih kelompok perlakuan I dengan selisih kelompok perlakuan II $p < 0,034$ dimana $p < 0,05$ ini berarti latihan “Theraband” lebih baik menurunkan nyeri daripada latihan Quadricep Bench pada osteoarthritis genu. **Kesimpulan** : Ada perbedaan Latihan “Therabnd” lebih baik menurunkan nyeri daripada latihan Quadricep Bench pada Osteoarthritis genu.

Kata Kunci : Latihan “Theraband”, Latihan Quadricep Bench dan Osteoarthritis genu.