

SKRIPSI, APRIL 2013

Nike Windarti

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

PENAMBAHAN CORE STABILITY PADA WILLIAMS FLEXION EXERCISE TERHADAP PENGURANGAN NYERI PADA PENDERITA LBP SPONDYLOSIS LUMBAL

Terdiri VI Bab, 104 Halaman, 13 tabel, 24 Gambar, 7 Grafik, Lampiran

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh penambahan Core Stability pada Williams Flexion Exercise terhadap pengurangan nyeri pada penderita LBP spondylosis Lumbal. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Mayjen H.A. Thalib Kerinci. Mulai bulan Februari 2013. Adapun jumlah pasien (sample) yang menjadi objek penelitian adalah 20 orang dengan keluhan nyeri pinggang akibat spondylosis lumbal dengan usia diatas 50 tahun. Sample terdiri dari 20 orang pasien rawat jalan di RSUD Mayjen H.A. Thalib Kerinci dan dipilih berdasarkan teknik purposive sampling dengan menggunakan tabel yang tersedia sampel dikelompokkan menjadi dua kelompok perlakuan I dengan sampel 10 orang dengan intervensi Williams Flexion Exercise dan kelompok perlakuan II terdiri dari 10 orang dengan intervensi diberi Williams Flexion Exercise dan penambahan Core Stability. **Metode** : Penelitian ini bersifat quasi eksperimental dengan menggunakan uji paired sample t-test dan uji independent test. Dengan pengolahan data dan analisis statistik. **Hasil** : Hasil uji homogenitas dengan uji levene's test menunjukkan bahwa nilai $p=0,100$ ($P>\alpha=0,05$) tidak ada perbedaan intensitas nyeri. Hasil uji paired sample t-test pada kelompok kontrol nilai $p = 0,000$ ($p<\alpha=0,05$) dan pada kelompok perlakuan nilai $p = 0,000$ ($p<\alpha=0,05$) yang berarti bahwa intervensi yang diberikan pada kelompok kontrol dan perlakuan dapat mengurangi nyeri. Dan hasil uji independent sample test menunjukkan nilai $p=0,026$ ($p<\alpha=0,05$) yang berarti bahwa ada perbedaan pengurangan nyeri antara kelompok kontrol dan perlakuan. **Kesimpulan** : Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada beda penambahan Core Stability pada Williams Flexion Exercises terhadap pengurangan nyeri pada penderita Lbp Spondylosis Lumbal.

Kata Kunci : Core Stability, Williams Flexion Exercise, Nyeri Pinggang, Lbp Spondylosis Lumbal.