

ABSTRAK

SKRIPSI, Agustus 2017
Intan Brilian Drilliani
Program Studi S-I Fisioterapi
Fakultas Fisioterapi
Universitas Esa Unggul

PERBEDAAN EFEK INTERVENSI SNAG EXTENSION DAN SWISS BALL EXERCISE DENGAN SNAG EXTENSION DAN FOAM ROLLER EXERCISE TERHADAP PENURUNAN KURVA PADA KASUS HIPERKIFOSIS THORAKAL

Terdiri dari VI Bab, Halaman, Tabel, Gambar, Grafik, Skema, Lampiran

Tujuan: untuk mengetahui perbedaan intervensi *SNAGs extension* dan *swiss ball exercise* dengan *SNAGs extension* dan *foam roller exercise* terhadap penurunan kurva torakal. **Metode:** penelitian bersifat *quasi eksperiment*. Populasi diambil dari kelurahan Duri Kepa dengan pengambilan sampel terdiri dipilih menggunakan *informed concent*. Kelompokan perlakuan I diberikan *SNAGs extension* dan *swiss ball exercise*, kelompok perlakuan II diberikan *SNAGs extension* dan *foam roller exercise*. **Hasil:** uji normalitas dengan Shapiro wilk test didapatkan data berdistribusi tidak normal sedangkan uji homogenitas dengan *Levene's test* didapatkan data memiliki varian homogen. Hasil uji hipotesa perlakuan I dengan *Wilcoxon signed rank test*, didapatkan nilai $p=0,012$ pada *flexible ruler* dan *inklinometer* $p=0,01$. Perlakuan II dengan *Wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai $p=0,000$ pada *flexible ruler* dan *inklinometer* $p=0,000$. Hasil *Mann-Whitney u test* dengan nilai 0,039 pada *flexible ruler* dan *inklinometer* 0,015 berarti terdapat perbedaan *SNAGs extension* dan *swiss ball exercise* dengan *SNAGs extension* dan *foam roller exercise* terhadap penurunan kurva torakal. **Kesimpulan** intervensi *SNAGs extension* dan *swiss ball exercise* dengan *SNAGs extension* dan *foam roller exercise* sama baiknya untuk menurunkan derajat kurva hiperkifosis dan meningkatkan ROM ekstensi

Kata Kunci : *SNAGs extension*, *swiss ball exercise*, *foam roller exercise*, hiperkifosis