

## ABSTRAK

SKRIPSI, Februari2018

**Ray Taurina H.**

Program Studi S-1 Fisioterapi

FakultasFisioterapi

UniversitasEsaUnggul

### **PERBEDAAN EFEKTIFITAS MUSCLE ENERGY TECHNIQUE (MET) DAN MYOFASCIAL RELEASE TECHNIQUE (MRT) PADA INTERVENSI ULTRASOUND DALAM MENINGKATKAN FLEKSIBILITAS OTOT UPPER TRAPEZIUS PADA MYOFASCIAL**

Terdiridari VI Bab, 91Halaman, 20Tabel, 5 Gambar, 9Grafik, 4Skema, 6 Lampiran

**Tujuan:** UntukmengetahuiperbedaanMETdanMRTpadaintervensi ultrasound dalam meningkatkan fleksibilitas otot upper trapezius pada myofascial. **Metode:** Penelitian bersifat *Quasi Experiment*. Kelompok I diberikan MET pada ultrasound dan kelompok II diberikan MRT pada ultrasound. Kelompok perlakuan I pada alatukur goniometer sebelum intervensi memiliki nilai mean dan standar deviasi  $38,77 \pm 1,39$  dan setelah intervensi  $44,44 \pm 1,13$  dan pada alatukur meterline sebelum intervensi memiliki nilai  $29,27 \pm 3,00$  dan setelah intervensi  $29,56 \pm 3,03$  sedangkan pada kelompok perlakuan II dengan menggunakan alatukur goniometer  $38,44 \pm 1,66$  dan setelah intervensi  $42,88 \pm 1,53$  dan pada alatukur meterline sebelum intervensi  $30,24 \pm 2,74$  dan setelah intervensi  $30,52 \pm 2,76$ .

**Hasil:** Uji normalitas dengan *Shapiro Wilk Test* didapatkan data normal dan uji homogenitas *Levene's Test* didapatkan data homogen. Hasil uji hipotesis pada kelompok I dengan *Paired Sample T-Test*, didapatkan nilai  $p < 0,001$  yang berarti intervensi MET dan ultrasound efektif meningkatkan fleksibilitas upper trapezius. Pada kelompok II, didapatkan nilai  $p < 0,001$  yang berarti intervensi MRT dan ultrasound juga efektif meningkatkan fleksibilitas upper trapezius. Padahasil uji hipotesis III dengan *T-Test Independent* menunjukkan nilai  $p = 0,026$

**Kesimpulan:** Terdapat perbedaan signifikan antara intervensi MET dan ultrasound dengan MRT dan ultrasound dalam meningkatkan fleksibilitas upper trapezius pada kasus myofascial.

**Kata Kunci :** *MET , MRT , Ultrasound , Fleksibilitas Upper Trapezius*