

ABSTRAK

FAKULTAS FISIOTERAPI
UNIVERSITAS INDONUSA ESA UNGGUL JAKARTA
SKRIPSI, AGUSTUS 2004

TOTOK BUDI SANTOSO, NIM :2002-65-087

“ MANFAAT LATIHAN MC KENZIE UNTUK MENGURANGI NYERI
PUNGGUNG BAWAH PADA WANITA PENGRAJIN BATIK TULIS
TRADISIONAL DI SURAKARTA .”

TERDIRI : x, VI BAB, 53 HALAMAN, 7 TABEL.

Sektor industri batik tulis merupakan salah satu bidang industri padat karya, yang melibatkan banyak tenaga kerja sebagai penggerakannya, termasuk disini adalah pengrajin batik. Dengan demikian perhatian terhadap tenaga kerja termasuk kondisi kesehatannya menjadi penting bagi kelangsungan industri batik tulis ini. Dengan kesehatan yang optimal, pekerja akan dapat meningkatkan produktivitas kerja yang merupakan salah satu aset penting bagi perusahaan

Pemanfaatan latihan punggung / *back exercise* untuk mengurangi keluhan nyeri pinggang pada pekerja belum lazim digunakan di kalangan pekerja Indonesia. Kebanyakan pekerja lebih senang untuk minum obat dan mengajukan ijin tak masuk kerja menggunakan alat pelindung diri. Padahal dengan menggunakan punggung bawah/ *back support* yang disesuaikan dengan sikap kerja dapat dihasilkan kondisi fisik yang optimal untuk mendukung produktivitas kerja yang baik

Penelitian yang akan dilakukan ini bertujuan ingin mengetahui manfaat latihan Mc Kenzie untuk mengurangi keluhan nyeri punggung bawah wanita pengrajin batik tulis tradisional di Suarakarta.

Desain penelitian dilakukan menurut rancangan *one group pre and posttest design* . Dalam rancangan dilakukan pemilihan untuk menentukan kelompok perlakuan, yaitu wanita pengrajin batik tradisional yang memiliki keluhan nyeri

punggung bawah, kemudian dilakukan pretest (01) untuk mengetahui derajat nyeri sebelum pemberian latihan, kemudian diikuti intervensi (X) berupa pemberian latihan Mc Kenzie .

Populasi dalam penelitian adalah semua wanita pengrajin batik tulis tradisional yang mempunyai keluhan nyeri pada pinggang bawah yang berada di perusahaan batik *Yoesoef Lahji*, Kelurahan Bumi, kecamatan Laweyan , kota Surakarta . Pengambilan sampel menggunakan teknik *non random sampling* (purposive) Hal ini di karenakan besarnya derajat nyeri pinggang bawah wanita pengrajin batik tulis tradisional kemungkinan berbeda satu sama lain. Jumlah sampel penelitian didapatkan sebesar 44 subjek.

Pengumpulan data dilakukan setiap tiga minggu sekali. Pengumpulan data dilakukan dengan cara memeriksa dan mengukur derajat keluhan nyeri pinggang bawah dengan menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS).

Analisa data meliputi analisis deskriptif kemudian diikuti analisa uji beda baik sebelum pemberian latihan maupun setelah pemberian latihan Mc Kenzie. Untuk melakukan analisa ini peneliti menggunakan alat bantu software SPSS versi 10.00 for windows. Metode analisa yang dipakai adalah analisa statistik non parametrik *Wilcoxon rank test*.

Pada akhir penelitian didapatkan hasil bahwa pemberian latihan punggung Mc Kenzie dapat menurunkan kualitas nyeri punggung bawah wanita pengrajin batik tulis tradisional dengan hasil yang bermakna setelah pemberian sebanyak 12 kali.