

## ABSTRAK



SKRIPSI, Januari 2019

**Dwi Nur Mauliana**

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

### **PENAMBAHAN INTERVENSI *CORE STABILITY EXERCISE* PADA INTERVENSI *SNAGS 3D FLEXION* LEBIH BAIK DALAM MENINGKATKAN MOBILITAS DAN MENURUNKAN DISABILITAS PINGGANG PADA *SPONDYLOARTHRISIS LUMBAL***

Terdiri dari VI Bab, 71 Halaman, 12 Tabel, 7 Gambar, 4 Skema, 5 Lampiran

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penambahan *core stability* pada intervensi *snags 3D flexion* lebih baik dalam meningkatkan mobilitas dan menurunkan disabilitas pinggang pada *spondyloarthritis lumbal*. **Metode** : Penelitian ini bersifat *quasi experiment* dengan sampel terdiri dari 14 orang yang dipilih berdasarkan teknik *matching allocation* dan dikelompokkan menjadi 2 kelompok masing-masing kelompok terdiri dari 7 orang, kelompok perlakuan I dengan *core stability* dan intervensi *snags 3D flexion* dan kelompok perlakuan II dengan *snags 3D flexion*. **Hasil** : Uji normalitas dengan *Shapiro wilk test* didapatkan data berdistribusi normal, sedangkan uji homogenitas dengan *levene's test* didapatkan data memiliki varian homogen. Hasil Uji hipotesa I dengan *paired sample T-Test*, didapatkan nilai  $p=0,001$  ( $p<\alpha=0,05$ ) untuk *modified ODI* dan nilai  $p=0,001$  ( $p<\alpha=0,05$ ) untuk *inklinometer*. Uji hipotesa II, didapatkan nilai  $p=0,001$  ( $p<\alpha=0,05$ ) untuk *modified ODI* dan nilai  $p=0,002$  ( $p<\alpha=0,05$ ) untuk *inklinometer* yang berarti pemberian latihan pada kedua kelompok perlakuan dapat meningkatkan mobilitas dan menurunkan disabilitas pada *spondyloarthritis lumbal*. Pada hasil *T-Test Independent* menunjukkan nilai  $p=0,002$  ( $p<\alpha=0,05$ ) untuk *modified ODI* dan nilai  $p=0,012$  ( $p<\alpha=0,05$ ) untuk *inklinometer* yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II. **Kesimpulan** : Ada penambahan intervensi *core stability exercise* pada intervensi *snags 3D flexion* lebih baik dalam meningkatkan mobilitas dan menurunkan disabilitas pinggang pada *spondyloarthritis lumbal*.

**Kata Kunci** : *core stability, snags 3D flexion, mobilitas, disabilitas, spondyloarthritis lumbal.*



## ABSTRACT

Thesis, Januari 2019

**Dwi Nur Mauliana**

Undergraduate Physiotherapy Study Program

Faculty of Physiotherapy

Esa Unggul University

### **THE ADDITION OF *CORE STABILITY* IN INTERVENTION OF *SNAGS 3D FLEXION* IS BETTER IN INCREASING MOBILITY AND DECREASING DISABILITY IN *SPONDYLOARTHROSIS LUMBAL***

Consists of VI Chapters, 71 Pages, 12 Tables, 7 Images, 4 Schemes, 5 Annex

**Objective:** This research aimed to know the addition of *core stability* in *snags 3D flexion* intervention is better in increasing mobility and decreasing disability in *spondyloarthritis lumbal*. **Method:** The research was quasi experimental with the sample consist of 14 people chosen based on *matching allocation* technique and divided into 2 groups with each of group consist of 7 respondent. The first group treatment are *core stability* and intervention *snags 3D flexion* and The second group treatment are *snags 3D flexion*. **Result:** The normal distribution data with normality test found by using Saphiro wilk test. Meanwhile, the various homogen data with homogeneity test found by using levene's test. The result of first hypothesis test with Paired Sample T-Test, is p value of  $p=0,001$  ( $p < \alpha = 0,05$ ). The second hypothesis test, is p value of  $p=0,002$  ( $p < \alpha = 0,05$ ). Which means treatment the both of groups could increase the mobility and reduce disability in *spondyloarthritis lumbal*. The result of T-Test Independent showed the p value is  $p=0,012$  ( $p < \alpha = 0,05$ ) which means there is significant differentiation between the first group treatment and the second group treatment.. **Conclusion:** There in the addition of *core stability* in *snags 3D flexion* intervention is better in increasing mobility and decreasing disability in *spondyloarthritis lumbal*.

Keywords: *core stability*, *snags 3D flexion* , *mobility*, *disability*, *spondyloarthritis lumbal*.