

SKRIPSI, Juni 2017

Dini Siti Munajah

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

PERBEDAAN EFEK INTERVENSI POLD METHODE DAN MC.KENZIE EXERCISE DENGAN TRACTION INTERMITTENT DAN MC.KENZIE EXERCISE TERHADAP PENURUNAN NYERI DAN PENINGKATAN MOBILITAS PADA KASUS NYERI PINGGANG DISKOGENIK

Terdiri dari VI Bab, 60 Halaman, 10 Tabel, 1 Gambar, Grafik, 3 Skema, Lampiran

Tujuan: untuk mengetahui perbedaan pemberian intervensi *Pold Methode* dan *Mc.Kenzie exercise* dengan *Traction Intermittent* dan *Mc.Kenzie exercise* terhadap penurunan intensitas nyeri dan peningkatan mobilitas lumbal pada kasus nyeri pinggang diskogenik. **Metode:** penelitian ini bersifat *experimental* dengan *pre test-post test design control group*, dimana penurunan intensitas nyeri diukur menggunakan *Visual Analogue Scale (VAS)* dan mobilitas lumbal menggunakan *Modified-Modified Schober (MMS)*. Sampel terdiri dari 30 orang pasien di Rs. Siaga Raya dan dipilih dengan membagikan questioner. Sampel dikelompokkan menjadi 2 kelompok, kelompok perlakuan I terdiri dari 15 orang sampel dengan intervensi *Pold Methode* dan *Mc.Kenzie exercise* dan kelompok perlakuan II terdiri dari 15 orang sampel dengan intervensi *traction intermittent* dan *Mc.Kenzie 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 pada kelompok perlakuan I dengan *paired sample t-test*, didapatkan nilai $p < 0,001$ pada VAS dan MMS $p = 0,001$ yang berarti intervensi *pold methode* dan *Mc.Kenzie exercise* dapat menurunkan nyeri dan meningkatkan mobilitas lumbal pada kasus nyeri pinggang diskogenik. Pada kelompok perlakuan II dengan *Wilcoxon Signed Rank Test*, didapatkan nilai $p = 0,001$ pada VAS dan MMS $p < 0,001$ yang berarti intervensi *Traction Intermittent* dan *Mc.Kenzie exercise* dapat menurunkan nyeri dan meningkatkan mobilitas lumbal pada kasus nyeri pinggang diskogenik. Pada hasil *Mann-Whitney U Test* menunjukkan nilai 0,002 pada VAS dan MMS 0,022 yang berarti tidak ada perbedaan antara *Pold Methode* dan *Mc.Kenzie exercise* dengan *Traction Intermittent* terhadap penurunan nyeri dan peningkatan mobilitas lumbal pada kasus nyeri pinggang diskogenik. **Kesimpulan:** Ada perbedaan efek intervensi *Pold Method* dan *Mc.Kenzie exercise* dengan *Traction Intermittent* dan *Mc.Kenzie exercise* dalam menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan mobilitas lumbal pada kasus nyeri pinggang diskogenik.

Kata Kunci : *Pold Methode*, *Mc.Kenzie exercise*, *Traction Intermittent*, Nyeri Pinggang Diskogenik.