

SKRIPSI, Agustus 2018

**Ilham Albar**

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

**PENAMBAHAN ULTRASOUND PADA LATIHAN SPANISH SQUAT TERHADAP STABILISASI LUTUT PADA JUMPERS KNEE**

Terdiri dari VI Bab, 62 Halaman, 9 Tabel, 5 Gambar, 2 Grafik, 4 Skema, Lampiran

**Tujuan:** untuk mengetahui perbedaan antara latihan *Spanish squat* dengan *ultrasound* dan latihan *Spanish squat* terhadap stabilisasi lutut pada *jumpers knee*.  
**Metode:** penelitian ini bersifat *quasi experimental* dengan *pre test-post test*, dimana tingkat stabilisasi lutut diukur menggunakan *Star Excursion Balance Test* (SEBT). Sampel terdiri dari 16 orang dipilih berdasarkan rumus Slovin yang dikemukakan oleh Nursalam. Sampel dikelompokkan menjadi 2 kelompok, kelompok perlakuan I terdiri dari 8 orang dengan intervensi latihan *Spanish Squat* dan kelompok perlakuan II terdiri dari 8 orang dengan intervensi *Ultrasound* dan latihan *Spanish squat*.  
**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 hipotesis pada kelompok perlakuan I dengan *Paired Sample t-Test*, didapatkan nilai  $p=0,000$  pada SEBT yang berarti intervensi latihan *Spanish squat* dapat meningkatkan stabilisasi lutut pada *jumpers knee*. Pada kelompok perlakuan II dengan *Paired Sample t-Test*, didapatkan nilai  $p=0,000$  pada SEBT yang berarti intervensi *Ultrasound* dan latihan *Spanish squat* dapat meningkatkan stabilisasi lutut pada *jumpers knee*. Pada hasil *independent sample t-test* menunjukkan nilai  $p=0,004$  pada SEBT terdapat perbedaan antara intervensi latihan *Spanish squat* dengan *ultrasound* dan latihan *Spanish squat* terhadap stabilisasi lutut pada *jumpers knee*.  
**Kesimpulan:** Ada perbedaan pada intervensi antara latihan *Spanish squat* dengan intervensi *ultrasound* dan latihan *Spanish squat* terhadap stabilisasi lutut pada *jumpers knee*.

Kata Kunci : Intervensi *Ultrasound*, Latihan *Spanish squat*, *Star Excursion Balance Test*, *Jumpers Knee*.