



## ABSTRAK

SKRIPSI, Agustus 2015

**Ridwan Fadilah**

Program Studi S-1 Fisioterapi,  
Fakultas Fisioterapi,  
Universitas Esa Unggul

### **PENAMBAHAN REACTIVE NEUROMUSCULAR TRAINING PADA INTERVENSI TRAKSI STATIS DAN SCAPULAR STABILIZATION EXERCISE LEBIH BAIK UNTUK MENINGKATKAN STABILITAS PADA SHOULDER IMPINGEMENT**

Terdiri VI Bab, 104 Halaman, 11 Tabel, 8 Gambar, 9 Lampiran

**Tujuan:** Untuk mengetahui apakah penambahan *reactive neuromuscular training* pada intervensi traksi statik dan *scapular stabilization exercise* lebih baik untuk meningkatkan stabilitas pada *shoulder impingement*. **Metode:** Metode penelitian ini bersifat eksperimental dengan desain penelitian *control group pre test –post test design*. Sampel terdiri dari 16 orang usia antara 20-23 tahun laki-laki dan perempuan dibagi atas dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dengan pemberian intervensi berupa Traksi Statik dan *Scapular Stabilization Exercise*, sedangkan pada kelompok perlakuan diberikan intervensi berupa Traksi Statik, *Scapular Stabilization Exercise*, dan penambahan *Reactive Neuromuscular Training*. Nilai peningkatan stabilitas *shoulder* dievaluasi dengan menggunakan *Upper Quarter Y-Balance Test (YBT-UQ)* pada awal dan akhir program, kemudian dianalisa dan dievaluasi antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan pada awal program dan akhir program penelitian. **Hasil:** Hasil uji normalitas dengan *Shapiro-wilk test* didapatkan data terdistribusi normal dan hasil uji homogenitas dengan *Levene's test* didapatkan data memiliki varian yang homogen. Hasil uji hipotesis pada kelompok kontrol dengan *T-test related* didapatkan nilai  $p=0.008$  yang berarti intervensi traksi statik dan *scapular stabilization exercise* dapat meningkatkan stabilitas pada *shoulder impingement*. Pada kelompok perlakuan dengan *T-test related* didapatkan nilai  $p=0.000$  yang berarti intervensi traksi statik, *scapular stabilization exercise*, dan *reactive neuromuscular training* dapat meningkatkan stabilitas pada *shoulder impingement*. Pada hasil *Mann-Whitney U test* didapatkan nilai  $p=0,036$  yang berarti bahwa penambahan *reactive neuromuscular training* pada intervensi traksi statik dan *scapular stabilization exercise* lebih baik untuk meningkatkan stabilitas pada *shoulder impingement*. **Kesimpulan:** Penambahan *reactive neuromuscular training* pada intervensi traksi statis dan *scapular stabilization exercise* lebih baik untuk meningkatkan stabilitas pada *shoulder impingement*.

**Kata kunci:** *shoulder impingement, stabilitas bahu, reactive neuromuscular training, scapular stabilization exercise*



Universitas  
**Esa Unggul**



Universitas  
**Esa Unggul**



Universitas  
**Esa Unggul**