

ABSTRAK



SKRIPSI, Agustus 2020

Maria Angelina Neonbasu

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

PERBEDAAN INTERVENSI POLD *METHOD* DENGAN *REVERSE* SNAGS TERHADAP PENURUNAN NYERI DAN PENINGKATAN MOBILITAS FLEKSI LUMBAL PADA KASUS NYERI PINGGANG DISKOGENIK

Terdiri dari VI Bab, 85 Halaman, 10 Tabel, 9 Gambar, 5 Skema, 9 Lampiran

Tujuan: Untuk mengetahui perbedaan intervensi POLD *method* dengan *reverse* SNAGs terhadap penurunan nyeri dan peningkatan mobilitas fleksi lumbal pada kasus nyeri pinggang diskogenik. **Metode:** Penelitian ini bersifat *quasi experimental* dengan *pre-post test group design*, dimana nyeri diukur menggunakan *visual analogue scale* (VAS) dan mobilitas fleksi lumbal diukur menggunakan *inclinometer*. Sampel terdiri dari 24 orang di Klinik Berlian Tangerang. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok perlakuan, kelompok perlakuan I terdiri dari 12 orang diberikan intervensi POLD *method* dan kelompok perlakuan II terdiri dari 12 orang diberikan intervensi *reverse* SNAGs. **Hasil:** Uji normalitas menggunakan *Saphiro Wilk test* didapatkan data berdistribusi normal, sedangkan uji homogenitas menggunakan *Levene's test* didapatkan data bersifat homogen. Hasil uji hipotesis I menggunakan *paired sample t-test* didapatkan nilai $p < 0,001$ pada VAS dan $p < 0,001$ pada *inclinometer*. Hasil uji hipotesis II menggunakan *paired sample t-test* didapatkan nilai $p < 0,001$ pada VAS dan $p < 0,001$ pada *inclinometer*. Hasil uji hipotesis III menggunakan *independent sample t-test* didapatkan nilai $p = 0,021$ pada VAS dan $p = 0,002$ pada *inclinometer*. **Kesimpulan:** Ada perbedaan antara intervensi POLD *method* dengan *reverse* SNAGs terhadap penurunan nyeri dan peningkatan mobilitas fleksi lumbal pada kasus nyeri pinggang diskogenik.

Kata Kunci: POLD *method*, *Reverse* SNAGs, Nyeri pinggang diskogenik

ABSTRACT



Undergraduate Thesis, August 2020

Maria Angelina Neonbasu

Bachelor Program of Physiotherapy

Faculty of Physiotherapy

Esa Unggul University

THE DIFFERENCE BETWEEN THE POLD METHOD AND REVERSE SNAGS INTERVENTIONS IN REDUCING PAIN AND INCREASING MOBILITY OF LUMBAR FLEXION IN DISCOGENIC LOW BACK PAIN

Consists of VI Chapters, 85 Pages, 10 Tables, 9 Figures, 5 Schemes, 9 Attachments

Objective: To determine the difference between the POLD method and reverse SNAGs interventions in reducing pain and increasing mobility of lumbar flexion in discogenic low back pain. **Method:** This is a quasi experimental study with pre-post group design, where pain intensity is measured using a visual analogue scale (VAS) and lumbar flexion mobility is measured using an inclinometer. There are 24 participants at the Berlian Clinic in Tangerang. The participants were divided into 2 treatment groups; Group I, consisted of 12 participants, was given POLD method and group II, consisted of 12 participants, was given reverse SNAGs. **Results:** The result of normality test uses Saphiro Wilk test showed the data are normally distributed, while the result of homogeneity test uses Levene's test showed the data are homogeneous. The result of hypothesis I test uses paired sample t-test showed the p-value <0.001 in VAS and <0.001 in inclinometer. The result of hypothesis II test uses paired sample t-test showed the p-value <0.001 in VAS and <0.001 in inclinometer. And the result of hypothesis III test uses independent sample t-test showed the p-value = 0.021 in VAS and 0.002 in inclinometer. **Conclusion:** There is a difference between the POLD method and reverse SNAGs interventions in reducing pain and increasing mobility of lumbar flexion in discogenic low back pain.

Keywords: POLD method, Reverse SNAGs, Discogenic low back pain