



ABSTRAK

SKRIPSI, Agustus 2016

Emanuely Rovita Meyok

Program Studi S-1 Fisioterapi,

Fakultas Fisioterapi,

Universitas Esa Unggul

PERBEDAAN PENAMBAHAN MASSAGE DENGAN KINESIOTAPPING PADA SENAM HIGH IMPACT TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOIRE PRIMER PADA WANITA USIA 19 – 25 TAHUN

Terdiri VI Bab, 79 Halaman, 16 Tabel, 20 Gambar, 6 Grafik, 8 Lampiran

Tujuan : Mengetahui perbedaan penambahan massage dengan kinesiotalping pada senam high impact terhadap penurunan nyeri *dismenore primer* pada wanita usia 19-25 tahun. **Metode :** Merupakan jenis penelitian eksperimental untuk mengetahui efek intervensi terhadap obyek penelitian. Sampel berjumlah 20 orang wanita berusia antara 19-25 tahun, dipilih berdasarkan teknik *purposive sampling* menggunakan kuisioner, dikelompokkan menjadi dua kelompok perlakuan. Kelompok perlakuan I berjumlah 10 orang dengan intervensi senam high impact ditambah massage. Kelompok perlakuan II berjumlah 10 orang dengan penambahan kinesiotalping pada senam high impact. **Hasil :** Hasil uji statistik diperoleh nilai mean kelompok perlakuan I 43,10 dan standar deviasi 8,95 dengan nilai $p=0,000$ yang berarti ada pengaruh penambahan massage pada senam High Impact pada penurunan nyeri. Pada kelompok perlakuan II nilai mean diperoleh 42,70, standar deviasi 6,72 dengan nilai $p= 0,000$ yang berarti ada pengaruh penambahan Kinesiotalping pada senam high impact pada penurunan nyeri. Hasil *Independent T-Test* nilai $p=0,041$ berarti ada perbedaan pengaruh antara intervensi yang diberikan pada kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II terhadap penurunan nyeri. **Kesimpulan :** Penambahan massage dan kinesiotalping pada senam high impact efektif menurunkan nyeri *dismenore primer*, namun penambahan massage pada senam high impact lebih efektif dalam menurunkan nyeri *dismenore primer* pada wanita usia 19-25 tahun.

Kata Kunci : Senam High Impact, Massage, Kinesiotalping