



ABSTRAK

SKRIPSI, Maret 2014
Sienriesta Noviana
Program Studi S-1 Fisioterapi
Fakultas Fisioterapi
Universitas Esa Unggul

PENAMBAHAN *POSTURAL AUTO CORRECTION EXERCISE* PADA INTERVENSI *SEGMENTAL BREATHING EXERCISE* DAN *CHEST MOBILITY* DAPAT MENINGKATKAN EKSPANSI THORAK LEBIH BAIK PADA KASUS HIPERKIFOSIS POSTURAL

Terdiri VI Bab, 117 Halaman, 11Tabel, 17 Gambar, 4 Skema, 6 Grafik,3 Lampiran

Tujuan: Untuk mengetahui penambahan *postural auto correction exercise* pada intervensi *segmental breathing exercise* dan *chest mobility* dapat meningkatkan ekspansi thorak lebih baik pada kasus hiperkifosis postural. **Metode:** Jenis penelitian kuasi eksperimental untuk mengetahui intervensi yang dilakukan terhadap obyek penelitian. Sampel terdiri dari 10 orang dan dipilih berdasarkan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan tabel assesmen. Sampel dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan I terdiri dari 5 orang dengan intervensi *segmental breathing exercise* dan *chest mobility* dan kelompok perlakuan II terdiri dari 5 orang dengan intervensi *postural auto correction exercise*, *segmental breathing exercise* dan *chest mobility*. **Hasil:** Hasil uji normalitas dengan *Saphiro Wilk Test* didapatkan data berdistribusi tidak normal sedangkan uji homegenitas dengan *Levenes's Test* didapatkan data memiliki varian yang homogen. Hasil uji hipotesis I dengan *Paired sample test* didapatkan nilai $p=0.002$, nilai mean $3.30 \pm SD 0.300$ yang berarti intervensi *segmental breathing exercise* dan *chest mobility* dapat meningkatkan ekspansi thorak. Hasil uji hipotesis II dengan *Wilcoxon test* didapatkan nilai $p=0.042$, nilai mean $4.10 \pm SD 0.308$ yang berarti intervensi *postural auto correction exercise*, *segmental breathing exercise* dan *chest mobility* dapat meningkatkan ekspansi thorak. Hasil uji hipotesis III dengan *Mann-Whitney u test* didapatkan nilai $p=0.008$ yang berarti penambahan *postural auto correction exercise* pada intervensi *segmental breathing exercise* dan *chest mobility* lebih baik dalam peningkatan ekspansi thorak. **Kesimpulan:** Penambahan *postural auto correction exercise* pada intervensi *segmental breathing exercise* dan *chest mobility* dapat meningkatkan ekspansi thorak lebih baik pada kasus hiperkifosis postural.

Kata Kunci: *Postural auto correction exercise*, *segmental breathing exercise*, *chest mobility*, *hiperkifosis postural* .