

## ABSTRAK



SKRIPSI, Juli 2019

**Michael Will**

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

### **Penambahan *Thoracic Mobilization* Pada *McKenzie Exercise* Lebih Baik Dalam Menurunkan Disabilitas Dan Meningkatkan Mobilitas Fleksi Pinggang Pada Nyeri Pinggang Diskogenik**

Terdiri VI Bab, 50 Halaman, 8 Tabel, 4 Gambar, 7 Lampiran

**Tujuan:** untuk membuktikan penambahan *thoracic mobilization* pada *McKenzie exercise* lebih baik daripada *McKenzie exercise* terhadap penurunan disabilitas dan peningkatan mobilitas fleksi pinggang pada kasus nyeri pinggang diskogenik.

**Metode:** penelitian ini bersifat *quasi experimental* dengan *pre test-post test design group*, dimana disabilitas diukur menggunakan *modified oswestry disability index* (MODI) dan peningkatan mobilitas fleksi lumbal diukur menggunakan *modified-modified schober test* (MMST). Sampel diambil dari pasien nyeri pinggang diskogenik di poli fisioterapi RSUD Cengkareng, teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* dan jumlah sampel ditentukan dengan rumus Pocock. Sampel terdiri dari 16 orang pasien di RSUD Cengkareng. Sampel dikelompokkan menjadi 2 kelompok, kelompok I terdiri dari 8 orang sampel dengan intervensi *POLD metode* dan kelompok II terdiri dari 8 orang sampel dengan intervensi *SNAGs extension*. **Hasil:** Uji normalitas dengan *Shapiro wilk test* didapatkan data berdistribusi normal sedangkan uji homogenitas dengan *Levene's test* didapatkan data bervarian homogen. Hasil uji hipotesis I dengan *paired sample t-test*, didapatkan  $p < 0,0001$  pada MODI dan  $p < 0,0001$  pada MMST. Pada uji hipotesa II dengan *paired sample t-test*, didapatkan  $p < 0,0001$  pada MODI dan  $p < 0,0001$  pada MMST. Dan uji hipotesa III dengan *independent sample t-test* menunjukkan nilai  $p < 0,005$  pada MODI dan  $p < 0,019$  pada MMST. **Kesimpulan:** Penambahan *thoracic mobilization* pada *McKenzie exercise* lebih baik dalam menurunkan disabilitas dan meningkatkan mobilitas daripada *McKenzie exercise* saja.

**Kata Kunci:** *Thoracic mobilization*, *McKenzie exercise*, Nyeri pinggang diskogenik