

**EFEK PENAMBAHAN *THERABAND EXERCISE* PADA INTERVENSI
ULTRASOUND TERHADAP PENURUNAN NYERI KONDISI *SPRAIN*
*ANKLE KRONIK***

Kusuma Dirgantara, Program Studi D-IV Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi,
Universitas Esa Unggul

SKRIPSI, SEPTEMBER 2011

VI Bab, 104 Halaman, 16 Tabel, 15 Gambar, 3 Grafik, 5 Skema, 3 Lampiran

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek penambahan *theraband exercise* pada intervensi *ultrasound* terhadap penurunan nyeri kondisi *sprain ankle* kronik. Sampel : Sampel terdiri dari 16 orang atlet yang datang ke unit fisioterapi POLIKLINIK KONI DKI Jakarta dan dipilih berdasarkan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan tabel *assessment* yang tersedia. Sampel dikelompokkan menjadi dua kelompok perlakuan, kelompok perlakuan I terdiri dari 8 orang sampel dengan intervensi *theraband exercise* dan *ultrasound* dan kelompok perlakuan II terdiri dari 8 orang sampel dengan intervensi *ultrasound*. Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian *kuasi eksperimental* untuk mengetahui efek suatu intervensi yang dilakukan pada objek penelitian. Analisis statistik penelitian ini menggunakan uji *T Test Related* dan uji *T Test Independent*. Hasil : Hasil uji *T Test Related* pada kelompok perlakuan I nilai $p = 0,000$ ($P > \alpha = 0,05$) dan pada kelompok perlakuan II nilai $p = 0,000$ ($P > \alpha = 0,05$) berarti intervensi yang dilakukan pada masing – masing kelompok memberikan efek terhadap penurunan nyeri. Dan hasil uji *T Test Independent* menunjukkan nilai $P = 0,015$ ($P > \alpha = 0,05$) yang berarti ada efek yang sangat signifikan antara kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II. Kesimpulan : Dapat disimpulkan bahwa ada efek penambahan *theraband exercise* pada intervensi *ultrasound* terhadap penurunan nyeri kondisi *sprain ankle* kronik. Pada penelitian ini disarankan agar jumlah sampel dapat diperbanyak agar dapat digeneralisasikan dan perlu ada standar alat ukur dengan validitas dan realibilitas yang baik serta home program untuk mengubah pola mastikasi.