



ABSTRAK

EFEK PENAMBAHAN TERAPI ES PADA INTERVENSI TEKNIK ISKEMIK DAN CONTRACT RELAX STRETCHING TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA KONDISI SINDROMA MIOFASIAL OTOT UPPER TRAPEZIUS

Siti Nurbaya Wagab, Program Studi D-IV Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi, Universitas Esa Unggul

SKRIPSI, SEPTEMBER 2011

ix, VI BAB, 126 Halaman, 13 Daftar Table, 11 Daftar Gambar, 4 Daftar Skema, 6 Daftar Grafik. Lampiran

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui efek penambahan Terapi Es pada intervensi Teknik Iskemik dan Contract Relax Stretching pada kondisi sindroma miofasial otot upper trapezius. **Sampel :** Terdiri dari 20 orang berusia 16-20 tahun dan dipilih berdasarkan teknik purposive sampling. Sampel dibagi menjadi dua, kelompok perlakuan I berjumlah 10 orang dengan intervensi yang diberikan berupa Teknik Iskemik dan Contract Relax Stretching dan kelompok perlakuan II berjumlah 10 orang diberikan intervensi Teknik Iskemik dan Contract Relax Stretching serta penambahan Terapi Es. **Metode :** Merupakan jenis penelitian kuasi eksperimental untuk mengetahui beda efek penambahan Terapi Es pada objek penelitian. Untuk uji normalitas menggunakan analisa statistic *Saphirowilk Test*, dan Uji Homogenitas sampel dengan *Levene's Test*. **Hasil :** Menggunakan uji *T-test related* pada kelompok perlakuan I didapatkan nilai P adalah 0.000 dimana $P < \alpha$ (0.05) yang berarti ada efek penurunan nyeri yang signifikan. Uji *T-test related* pada kelompok II didapatkan hasil nilai P 0.000 dimana $P < \alpha$ (0.05) yang berarti ada penurunan nyeri yang signifikan. Hasil Uji *T-test Independen* didapatkan Hasil nilai P 0.000 dimana $P < 0.05$ yang berarti ada perbedaan efek penambahan Terapi Es pada intervensi Teknik Iskemik dan Contract Relax Stretching terhadap penurunan nyeri pada kondisi sindroma miofasial otot upper trapezius. **Kesimpulan :** Ada perbedaan efek penambahan Terapi Es pada intervensi Teknik Iskemik dan Contract Relax Stretching terhadap penurunan nyeri pada kondisi sindroma miofasial otot upper trapezius.