



ABSTRAK

SKRISPSI, Februari 2015
Priayu Nur Hadi Kani Saputri
Program Studi S-1 Fisioterapi
Fakultas Fisioterapi
Universitas Esa Unggul

INTERVENSI MANUAL LYMPH DRAINAGE DAN STRETCHING LEBIH BAIK DARI PADA MWD DAN STRETCHING DALAM MENURUNKAN DISABILITAS LEHER PADA MUSCLE TENSION HEADACHE

Terdiri dari VI Bab, 114 Halaman, 10 Tabel, 11 Gambar, 3 Diagram, 15 Lampiran

Tujuan Penelitian : Untuk membuktikan intervensi *Manual lymph drainage* dan *stretching* lebih baik dari pada MWD dan *stretching* dalam menurunkan *neck disability* pada kondisi *muscle tension headache*. Populasi sample diperoleh melalui protokol pemeriksaan berjumlah 10 orang dengan toleransi diambil 20%, maka sample berjumlah 12 orang setiap variable. Pengambilan data dilakukan 9 Oktober 2014 – 9 Januari 2015 di poli Fisioterapi RS Al Islam Bandung dan Praktek Mandiri Griya Mitra Posindo. Pengolahan data dengan uji *wilcoxon signed ranks test* untuk uji hipotesis I dan *paired sample test* untuk uji hipotesis II. Sedangkan untuk uji hipotesis III digunakan uji *Independent t-test*. **Hasil :** Hasil uji analisis nilai *neck disability index* kelompok perlakuan I adalah $p \text{ value} = 0,005$ ($p < 0,05$), yang berarti ada penurunan disabilitas leher pada *muscle tension headache* dengan intervensi *Manual Lymph Drainage* dan *Stretching* secara bermakna. Hasil uji analisis nilai *neck disability index* kelompok perlakuan II adalah $p \text{ value} = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti ada penurunan disabilitas leher pada *muscle tension headache* dengan intervensi *Manual MWD* dan *Stretching* secara bermakna. Berdasarkan data tampak penurunan nilai *neck disability index* kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II. Dari uji *Independent t-test* didapat $p \text{ value} = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti ada perbedaan penurunan disabilitas leher antara kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II, dimana *Manual lymph drainage* dan *stretching* lebih baik dari pada MWD dan *stretching*. **Kesimpulan :** Penelitian menyimpulkan bahwa penggunaan *Manual lymph drainage* dan *stretching* lebih baik dari pada MWD dan *stretching* dalam menurunkan *neck disability* pada kondisi *muscle tension headache*.

Kata Kunci : *muscle tension headache*, *Manual lymph drainage*, *stretching*, MWD, *neck disability*



ABSTRAK

SKRISPSI, Februari 2015
Priayu Nur Hadi Kani Saputri
Study Program S-1 Fisioterapi
Fakulty of Fisioterapi
Esa Unggul University

MANUAL LYMPH DRAINAGE INTERVENTION AND STRETCHING ARE BETTER THAN MWD AND STRETCHING IN ORDER TO REDUCE NECK DISABILITY ON MUSCLE TENSION HEADACHE

VI Bab, 117 Page, 10 Table, 11 Picture, 3 Diagram, 25 Attachment

*The aim of this research are to find out Manual Lymph Drainage intervension and stretching are better than MWD and stretching in order to reduce neck disability on Muscle Tension Headache. Sample population was obtained through protocol assessment are 10 people with tolerance 20%, so all sample 12 people for one variable. This research held in 9 October 2014 – 9 Januariy 2015 at Clinic of Fisioterapi Al Islam Hospital Bandung and Privat Clinic Griya Mitra Posindo. Data analysis with Wilcoxon Signed Ranks test to find out the meaning of hipotesis I and paired sample test to find out the meaning of hipotesis II. To find out the meaning hipotesis III with Independent t-test. **Result** : Result score of analysis test Hipotesis I is p value = 0,005 ($p < 0,05$), means that there is of reducing neck disability on muscle tension headache with Manual Lymph Drainage and stretching significant result. Result score of analysis test Hipotesis II is p value = 0,001 ($p < 0,05$), means that there is of reducing neck disability on muscle tension headache with MWD and stretching significant result. Based on the data, there is decreasing value of neck disability index from two grup. Based on Independent t-test achieve p value = 0,001 ($p < 0,05$), means there is significance reduction neck disability between action I group and action II group, where Manual lymph drainage and stretching are better than MWD dan stretching. **Conclusion** : This research result that Manual lymph drainage intervension and stretching are better than MWD dan stretching in order to reduce neck disability on Muscle Tension Headache.*

Keywords : muscle tension headache, Manual lymph drainage, stretching, MWD, neck disability