



ABSTRAK

**FAKULTAS FISIOTERAPI
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
SKRIPSI, SEPTEMBER 2011**

**TYAS DAMAYANTI
2008-65-023**

BEDA EFEK PENAMBAHAN TRANSVERSE FRICTION PADA MANUAL LONGITUDINAL MUSCLE STRETCHING TERHADAP PENGURANGAN NYERI MYOFASCIAL SYNDROME UPPER TRAPEZIUS

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui beda efek penambahan *Transverse Friction* pada *Manual longitudinal muscle stretching* terhadap pengurangan nyeri myofascial syndrome upper trapezius. **Sampel :** Terdiri dari 20 orang dengan usia antara 19-50 tahun, Penelitian dilakukan di Kramat, Lubang Buaya-Jakarta Timur, yang dipilih berdasarkan teknik purposive sampling. Perlakuan I diberikan intervensi *Manual Longitudinal Muscle Stretching* dan perlakuan II yang diberikan intervensi *Transverse Friction* dan *Manual Longitudinal Muscle Stretching*. **Metode :** Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuasi eksperimental untuk mengetahui beda efek penambahan *Transverse Friction* pada suatu objek penelitian. Untuk menguji normalitas menggunakan analisa statistic *Saphirowilk Test*, dan uji Homogenitas sampel dengan *T-Test independent*. **Hasil :** Dengan menggunakan uji *Paired Sample Test* pada kedua sampel pada kelompok perlakuan I didapatkan hasil nilai P adalah 0,001 dimana $P < \alpha$ (0,05) yang berarti ada efek *Manual longitudinal muscle stretching* terhadap penurunan nyeri Myofascial syndrome Upper Trapezius. Hasil uji *Paired Sample Test* pada kelompok perlakuan II didapatkan hasil nilai P adalah 0,001 dimana $P < \alpha$ (0,05) yang berarti ada efek penambahan *Transverse Friction* pada *Manual longitudinal muscle stretching* terhadap penurunan nyeri Myofascial syndrome Upper Trapezius. Hasil uji *T-Test independent* didapatkan hasil nilai $P = 0,015$ dimana $P < 0,05$ artinya ada perbedaan efek penambahan *Transverse Friction* pada *Manual longitudinal muscle stretching* terhadap penurunan nyeri Myofascial syndrome Upper Trapezius.

Kata Kunci : *myofascial syndrome upper trapezius, Manual Longitudinal Muscle Stretching, Transverse Friction*