



ABSTRAK

SKRIPSI, Maret 2016

Hifzillah Army

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

EFEKTIVITAS LATIHAN KOREKSI POSTUR TERHADAP DISABILITAS DAN NYERI LEHER KASUS SINDROMA MIOFASIAL OTOT UPPER TRAPEZIUS MAHASISWA WANITA UNIVERSITAS ESA UNGGUL

Terdiri dari VI Bab, 102 Halaman, 11 Tabel, 10 Gambar, 6 Grafik, 4 Skema, 9 Lampiran

Tujuan: Untuk mengetahui perbedaan efek penambahan latihan koreksi postur pada kombinasi intervensi *microwave diathermy* dan *myofascial release technique* terhadap disabilitas dan nyeri leher kasus sindroma miofasial otot upper trapezius.

Metode: Penelitian bersifat *quasi experiment*, dimana disabilitas leher diukur menggunakan *neck disability index*, dan nyeri leher diukur menggunakan *visual analog scale*. Sampel terdiri dari 28 orang yang dipilih berdasarkan teknik *purposive sampling*. Sampel dibagi kedalam 2 kelompok masing-masing 14 orang. Kelompok kontrol dengan *microwave diathermy* dan *myofascial release technique*, kelompok perlakuan dengan latihan koreksi postur, *microwave diathermy* dan *myofascial release technique*.

Hasil: Uji normalitas dengan *shapiro wilk test* didapatkan data berdistribusi normal sedangkan uji homogenitas dengan *independent sample t-test* didapatkan data bervarian homogen. Hasil uji hipotesis pada kelompok kontrol dengan *paired sample t-test* didapatkan nilai $p=0,001$ untuk disabilitas leher dan $p=0,001$ untuk nyeri leher yang berarti ada efek intervensi *microwave diathermy* dan *myofascial release technique* terhadap disabilitas dan nyeri leher kasus sindroma miofasial otot upper trapezius. Pada kelompok perlakuan dengan *paired sample t-test* didapatkan nilai $p=0,001$ untuk disabilitas leher dan $p=0,001$ untuk nyeri leher yang berarti ada efek latihan koreksi postur, *microwave diathermy* dan *myofascial release technique* terhadap disabilitas dan nyeri leher kasus sindroma miofasial otot upper trapezius. Hasil *independent sample t-test* menunjukkan nilai 0,026 untuk disabilitas leher dan 0,046 untuk nyeri leher yang berarti ada perbedaan efek penambahan latihan koreksi postur pada kombinasi intervensi *microwave diathermy* dan *myofascial release technique* terhadap disabilitas dan nyeri leher kasus sindroma miofasial otot upper trapezius.

Kesimpulan: Ada perbedaan efek penambahan latihan koreksi postur pada kombinasi intervensi *microwave diathermy* dan *myofascial release technique* kasus sindroma miofasial.

Kata Kunci: Latihan Koreksi Postur, *Microwave Diathermy*, *Myofascial Release Technique*, Sindroma Miofasial Otot Upper Trapezius