

Erina Kuswah Yuni NIM. E2014016 Program Studi DIV Fisioterapi	Dosen Pembimbing 1. Maskun Pudjianto, S.MPh., M.KES 2. Danang Tunjung Laksono, M. Pd
PERBEDAAN PENGARUH <i>DYNAMIC NECK EXERCISE</i> DENGAN <i>NECK STRETCHING EXERCISE</i> TERHADAP PENURUNAN NYERI LEHER PADA PENJAHIT DI AFLAHA COLLECTION GROGOL SUKOHARJO	
ABSTRAK	
<p> Pendahuluan : Aflaha Collection adalah konveksi yang memproduksi pakaian syar'i sejak tahun 1994. Sebanyak 50 orang bekerja sebagai penjahit. Salah satu keluhan yang dialami oleh penjahit adalah nyeri leher. Tujuan : Mengetahui pengaruh <i>dynamic neck exercise</i> dan <i>neck stretching exercise</i> terhadap penurunan nyeri leher pada penjahit dan mengetahui beda pengaruh <i>dynamic neck exercise</i> dan <i>neck stretching exercise</i> terhadap penurunan nyeri leher pada penjahit. Metode : Penelitian ini menggunakan <i>True Experimental</i> dengan <i>pretest-posttest control group design</i>. Pengambilan sampel dengan teknik <i>Simple Random Sampling</i> dengan jumlah sampel 30 orang. Analisa data dengan Uji t berpasangan dan Uji t tidak berpasangan. Hasil : Ada pengaruh <i>dynamic neck exercise</i> terhadap pengurangan nyeri leher dengan hasil signifikasi sebesar 0,000 ($P < 0,05$) dan ada pengaruh <i>neck stretching exercise</i> terhadap pengurangan nyeri leher dengan hasil signifikasi sebesar 0,000 ($P < 0,05$) serta tidak ada beda pengaruh antara kelompok yang diberikan <i>dynamic neck exercise</i> dengan kelompok diberikan <i>neck stretching exercise</i> dengan hasil signifikasi sebesar 0,122 ($P > 0,05$). Kesimpulan : Ada pengaruh <i>dynamic neck exercise</i> dan <i>neck stretching exercise</i> terhadap pengurangan nyeri leher pada penjahit dan tidak ada perbedaan pengaruh <i>dynamic neck exercise</i> dan <i>neck stretching exercise</i> terhadap pengurangan nyeri leher pada penjahit. </p>	
<p> Kata Kunci : <i>Nyeri leher, Dynamic neck exercise, Neck stretching exercise, Penjahit</i> </p>	