

Nama: Dian Ayu Pratiwi NIM: E2013013 Program Studi: DIV Fisioterapi	Dosen Pembimbing: 1. <u>Rina Sri Widayati, S.Km., M.Kes</u> 2. <u>Eddy Triyono, SSt.Ft.,M.Or</u>
<b>PENGARUH PEMBERIAN PENDULUM EXERCISE TERHADAP NYERI BAHU PADA KARYAWAN PT. TUN HONG BOYOLALI</b>	
<b>ABSTRAK</b>	
<p><b>Latar Belakang:</b> Nyeri adalah sensori yang bersifat emosional dan subyektif berupa keadaan yang tidak menyenangkan yang diakibatkan oleh kerusakan jaringan yang benar-benar telah rusak ataupun yang berpotensi untuk rusak. <b>Tujuan:</b> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pendulum exercise terhadap nyeri bahu pada karyawan. <b>Metode:</b> Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>Quasi Experimental</i> dengan desain <i>pre test-post test one group design</i>. Jumlah sample sebanyak 20 karyawan yang diberikan pendulum exercise. Subjek melakukan latihan Posisi responden berdiri, dengan diaba-aba oleh intruksi satu tangan mengantung kebawah dan yang satu berpegangan pada kursi atau meja, peneliti berada di sebelah responden, gerakan tangan yang menggantung ke arah kanan kiri, depan-belakang, melingkar searah jarum jam dan melingkar arah berlawanan jarum jam. Dosisnya yaitu selama 2 minggu setiap minggu 3 kali untuk harinya di seling atau sehari latihan dan sehari tidak, setiap latihan selama 21 menit yaitu setiap gerakan 20 kali ayunan dan 3 kali pengulangan. <b>Hasil:</b> Hasil yang didapatkan pada aplikasi pendulum exercise dengan menggunakan <i>Wilcoxon</i> adalah 0,002 (<math>p &gt; 0,05</math>) yang berarti ada pengaruh pemberian pendulum exercise. <b>Kesimpulan:</b> Dengan melihat dari hasil data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa pemberian pendulum exercise berpengaruh terhadap nyeri bahu.</p>	
<b>Kata Kunci:</b> Pendulum Exercise, Nyeri Bahu	

