

**PENGARUH KOMBINASI *NECK CALLIET EXERCISE* DAN
NEUROMUSCULAR TAPING TERHADAP PENURUNAN NYERI
CERVICAL ROOT SYNDROME PADA PENJAHIT DI SRAGEN**

Iim Alin Anjani¹, Dita Mirawati²
anjani121002@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: *Cervical root syndrome* (CRS) adalah kondisi klinis yang disebabkan oleh penekanan akar saraf di area leher, sering dialami oleh pekerja dengan posisi statis dalam waktu lama seperti penjahit. CRS dapat menimbulkan gejala nyeri yang signifikan, mempengaruhi aktivitas harian dan kualitas hidup. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi *Neck calliet exercise* dan *Neuromuscular taping* terhadap penurunan nyeri pada penderita *Cervical root syndrome* di kalangan penjahit di Sragen. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan *pre-test* dan *post-test*. Subjek penelitian adalah 26 penjahit di Sragen yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Intervensi yang diberikan adalah kombinasi *Neck calliet exercise* dan *Neuromuscular taping*. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan menggunakan skala NRS sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Sebelum intervensi, 76.9% responden mengalami nyeri sedang (skor NRS 3-6), sementara 23.1% mengalami nyeri ringan (skor NRS 1-3). Setelah intervensi, 69.2% responden mengalami penurunan nyeri menjadi kategori ringan, dan hanya 30.8% yang masih merasakan nyeri sedang. Analisis data menunjukkan penurunan signifikan pada tingkat nyeri setelah diberikan intervensi kombinasi tersebut. **Kesimpulan:** Kombinasi *Neck calliet exercise* dan *Neuromuscular taping* efektif dalam mengurangi nyeri pada penderita *Cervical root syndrome* di kalangan penjahit. Intervensi ini dapat menjadi alternatif pengobatan non-farmakologis yang efisien untuk mengatasi nyeri leher kronis.

Kata Kunci: *Cervical root syndrome*, *Neck calliet exercise*, *Neuromuscular taping*.