1. Nordic Body Map Index

|  |  |
| --- | --- |
| **Variabel** | **Persentase** |
| Merasakan nyeri di daerah leher atas | 53,8% |
| Merasakan nyeri dibagian leher bawah | 56,4% |
| Merasakan nyeri dibagian bahu kiri | 41% |
| Merasakan nyeri dibagian bahu kanan | 28% |
| Merasakan nyeri dibagian lengan atas kiri | 12,8% |
| Merasakan nyeri dibagian punggung | 38,5% |
| Merasakan nyeri dibagian lengan atas kanan | 10,3% |
| Merasakan nyeri dibagian pinggang | 53,8% |
| Merasakan nyeri dibagian bokong | 35,8% |
| Merasakan nyeri dibagian panggul | 23,1% |
| Merasakan nyeri dibagian siku kiri | 0% |
| Merasakan nyeri dibagian siku kanan | 5,1% |
| Merasakan nyeri dibagian lengan bawah kiri | 5,1% |
| Merasakan nyeri dibagian lengan bawah kanan | 10,3% |
| merasakan nyeri dibagian pergelangan tangan kiri | 12,8% |
| merasakan nyeri dibagian pergelangan tangan kanan | 20,5% |
| merasakan nyeri dibagian tangan kiri | 12,8% |
| merasakan nyeri dibagian tangan kanan | 15,4% |

1. Pengaruh Latihan pada skala nyeri

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Skala Nyeri** | | **p** |
| **Sebelum (n=40)** | **Sesudah (n=40)** |
| Skor | 4 (0-8) | 1 (0-7) | **<0,001** |

Uji Wilcoxon

