

Profil Panjang Otot Hamstring pada Anak Sekolah Dasar serta Hubungannya dengan Sit & Reach Test (SRT) dan HIP Joint Angle (HJA)

Retno Setianing, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920544688&lokasi=lokal>

Abstrak

Latar belakang & tujuan: Panjang otot hamstring pada anak usia sekolah belum pernah diperiksa di Indonesia. Sit & reach test (SRT) seringkali dipakai untuk ini mengukur fleksibilitas punggung bawah dan otot hamstring. Tujuan penelitian adalah untuk (1) mengukur panjang otot hamstring dengan SRT dan mengukur hip joint angle (HJA) pada anak sekolah. (2) mengetahui hubungan antara SRT dan HJA (3) mengetahui perbedaan hasil kedua pengukuran diantara jenis kelamin. Subyek. Terdiri dari 136 anak sekolah dasar (71 laki-laki, 65 perempuan). Metode: Tiap anak diperiksa SRT, dan pada posisi akhir SRT dicatat nilai HJA menggunakan inklinometer yang diletakkan di atas tulang sakrum. Hasil Penelitian: Nilai rerata SRT adalah 22 cm dan nilai rerata HJA adalah 77 derajat. Terdapat korelasi negatif antara SRT dan HJA (-0.105). Tidak ada perbedaan yang bermakna pada nilai SRT dan HJA antara anak laki-laki dan perempuan. Kesimpulan & Diskusi: Terdapat pemendekan otot hamstring pada rerata subyek penelitian. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara SRT dan HJA karena pada penelitian ini tidak ada batas minimal nilai SRT subyek. Perbedaan ras antara subyek penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, juga mengakibatkan perbedaan proporsi antropometrik. Sedangkan pada anak laki-laki dan perempuan tidak didapatkan perbedaan panjang otot hamstring yang bermakna, karena memiliki faktor antropometrik yang hampir sama. Untuk mengukur panjang otot hamstring, lebih dianjurkan untuk mengukur HJA.