

Perbedaan Kelelahan Otot Lengan Bawah Sebelum dan Sesudah Pemberian Perlakuan *hand-stretching* Pada Pengrajin Stagen di Dusun Blimbing, Kabupaten Sukoharjo

**Yulius Rony S. -- E2A007138
(2011 - Skripsi)**

Sektor informal merupakan penyumbang jumlah angkatan kerja terbesar di Indonesia. Hal ini disebabkan karena sektor informal hanya membutuhkan satu jenis keahlian dan ketrampilan khusus sehingga dapat menyerap tenaga kerja dengan bermacam-macam latar belakang pendidikan. Namun, sektor informal umumnya tidak tersentuh oleh peraturan dan ketentuan dari pemerintah sehingga keselamatan dan kesehatan kerja kurang terjamin. Pengrajin kain stagen adalah salah satu contoh sektor informal. Dari survei pendahuluan diperoleh bahwa seluruh pengrajin kain stagen mengeluhkan nyeri pada tangan terutama bagian kanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur perbedaan kelelahan otot lengan bawah sebelum dan sesudah pemberian perlakuan *hand-stretching* pada pengrajin stagen di dusun Blimbing, Kabupaten Sukoharjo. Sampel penelitian berjumlah 8 responden, seluruhnya merupakan pengrajin kain stagen, pengukuran kelelahan otot lengan bawah menggunakan alat elektromiogram. Pengukuran ini dilakukan selama 2 minggu, 1 minggu awal pengukuran dilakukan tanpa pemberian perlakuan *hand-stretching*, 1 minggu berikutnya pengukuran dilakukan dengan pemberian perlakuan *hand-stretching*. Pengukuran dilakukan saat responden istirahat jam 12.00 dan saat responden pulang jam 16.00. Pemberian perlakuan *hand-stretching* dilakukan setelah pengukuran jam 12.00 pada minggu ke-2. Selanjutnya dilakukan analisis untuk mengetahui perbedaan kelelahan otot lengan bawah sebelum dan sesudah pemberian perlakuan *hand-stretching*. Jenis penelitian ini adalah *quasi experimental* dengan desain *pre-test and post-test one group only design* dan menggunakan uji *paired t-test*. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan kelelahan otot lengan bawah sebelum dan sesudah pemberian perlakuan *hand-stretching* dengan nilai $p = 0,039$ ($p < 0,05$).

Kata Kunci: Kelelahan otot, Pengrajin Stagen, *hand-stretching*