PENGARUH PEMBERIAN *KINESIO TAPING* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PETANI

SKRIPSI

Diajukan Guna Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Untuk Menyelesaikan Program Pendidikan Strata-1 Fisioterapi

Disusun Oleh:

RIAN PRASETYO

J120120056

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

SURAKARTA

2016

HALAMAN PRASYARATAN GELAR

PENGARUH PEMBERIAN *KINESIO TAPING* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PETANI

Skripsi Ini Telah Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program Studi S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan oleh:

RIAN PRASETYO

J 120 120 056

Hari : Rabu

Tanggal : 2 November 2016

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2016

PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *KINESIO TAPING* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PETANI

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Sidang Skripsi Program Studi S1 Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh:

Nama : RIAN PRASETYO
NIM : J 120 120 056

Telah Disetujui Oleh :

Pembimbing

Wijianto, M.OR

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Fisioterapi Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar Sarjana Fisioterapi

Hari : Rabu

Tanggal : 2 November 2016

Tim Penguji Skripsi :

Penguji	Tanda Tangan
1. Wijianto, M.OR.	
2. Wahyuni, S.Fis., M.Kes	
3. Arif Pristianto, SSt.FT., M.Fis	

Disahkan oleh,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

(Dr. Suwaji, M.Kes)

NIP. 195311231983031002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul **"Pengaruh Pemberian Kinesio Taping Dan Core Stability Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Pada Low Back Pain Myogenic Petani "**. Skripsi ini disusun sebagai tugas akhir dan melengkapi persyaratan untuk menyelesaikan Program Pendidikan Sarjana Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini, yakni:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, MM, selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Dr. Suwaji. M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Isnaini Herawati ,SSt.FT, M.Sc, selaku Ketua Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Bapak Wijianto M.OR. selaku dosen pembimbing yang dengan sabar dan ikhlas yang telah memberikan arahan dan tambahan ilmunya serta meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan pada peneliti dalam pembuatan Skripsi ini.
5. Ibu Wahyuni. SST.Ft, M.Kes. selaku dosen penguji I yang dengan ikhlas telah memberikan saran dan tambahan ilmunya dalam pembuatan Skripsi ini.
6. Bapak Arif Pristianto. SST.Ft, M.FIS. selaku dosen penguji II yang dengan ikhlas telah memberikan saran dan tambahan ilmunya dalam pembuatan Skripsi ini.

7. Bapak dan Ibu dosen Akademi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendidik peneliti dengan sabar dan ikhlas membagi ilmu selama masa pendidikan.
8. Mamaku dan (Alm) Ayah tercinta yang keduanya selalu mendorong saya saat energi dan kepercayaan diri saya menurun, yang selalu berhasil meyakinkanku dengan kata-kata dan yang paling penting kalian selalu ada buatku. Terima kasih atas semua cinta, kasih sayang, dan do'anya.
9. Semua buruh tani Desa Boto yang mau menjadi responden dari penelitian ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Fisioterapi angkatan 2012, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu
11. Keluarga besarku baik yang di Kalimantan Barat dan Yang di Jogja yang tidak bisa aku sebutkan satu persatu. Terima kasih atas semua dukungan dan supportnya.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Maka, saran dan kritik dari pembaca akan sangat penulis harapkan guna sempurnanya penyusunan skripsi ini.

Surakarta, November 2016

Penulis

PERSEMBAHAN

Terima kasih kupanjatkan hanyalah pada Allah SWT, Rob Semesta Alam yang telah memberikan saya kehidupan yang bermakna dalam hidupku, memberikan kesehatan dan kesempatan sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini dengan baik.

Dengan segala kerendahan hati kupersembahkan skripsi ini kepada :

- Allah SWT Rob Semesta Alam, Rasulullah SAW semoga sholawat dan salam selalu tercurah kepada Beliau Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabatnya, Islam agamaku, Indonesia tercinta dan almamaterku.
- Kedua orang tua ku alm. Muhammad samian & Nur Asyuraini, terima kasih untuk semua doa, kasih sayang, dukungan, dan segala kesabaran untuk menguatkankan ku dalam menapaki masa depan".
- Kakak laki-lakiku Risa Nugeraha yang telah memberikan motivasi serta doa, dan dengan sabar menjagaku semoga kita bisa menjadi anak yang soleh serta sukses dunia & akhirat.
- Teman-teman seperjuangan Fisioterapi S1 2012, terimakasih telah menjadi teman dan keluarga yang baik buat ku.
- Teman-teman kos Rahma dan teman-teman KPMKB Surakarta.
- Semua pihak yang telah banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rian Prasetyo

NIM : J 120 120 056

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : Strata-1 Fisioterapi

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian *Kinesio Taping* Dan *Core Stability Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri Pada *Low Back Pain Myogenic* Petani

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Surakarta, 3 November 2016

Rian Prasetyo

MOTTO

“Barang siapa yang ingin dipanjangkan umurnya dan ditambahkan rezekinya, maka hendaklah ia berbuat baik kepada kedua orang tua dan menjalin silaturrahim dengan sesama.“ (HR. Ahmad)

“Jujurlah pada diri sendiri dan jadilah pribadi yang lebih baik dari sebelumnya.” (Penulis)

ABSTRAK

PROGAM STUDI SARJANA FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, OKTOBER 2016

RIAN PRASETYO/ J120120056

PENGARUH PEMBERIAN *KINESIO TAPING* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PETANI

Latar Belakang: Nyeri punggung bawah miogenik atau *low back pain myogenic* merupakan nyeri di sekitar punggung bawah yang disebabkan karena gangguan atau kelainan pada unsur otot dantendon tanpa disertai gangguan neurologis. NPB miogenik dapat mengakibatkannyeri, spasme otot dan otot yang tidak seimbang. *Low back pain myogenic* dapat terjadi pada petani karena bekerja dengan posisi membungkuk dalam waktu yang lama. Pemberian *kinesio tapping* dan *core stability exercise* dapat menurunkan nyeri kasus *low back pain myogenic*.
Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh dan perbedaan pengaruh antara kinesio taping dan *core stability exercise* terhadap penurunan *low back pain myogenic*.
Metode Penelitian: Quasi eksperimen dengan desain penelitian *Pre and Post Test Two Group Design*. Populasi dalam penelitian ini petani di desa Boto. Responden yang memenuhi kriteria inklusisebanyak 20 respondenberusia 55-65 tahun, dengan rincian padakelompok *kinesio taping* 10 responden, sedangkan pada kelompok *core stability exercise* 10 responden. Pengukuran nyeri menggunakan visual analog scale (VAS).Teknik analisa data menggunakan uji *wilcoxon* untuk uji pengaruh dan uji *mann withney* untuk uji beda pengaruh.
Hasil Penelitian: Ada pengaruh positif pada *kinesio taping* dan *core stability exercise* terhadap penurunan nyeri punggung bawah atau *low back pain myogenic* setelah dilakukan uji statistik menggunakan *wicoxon* didapatkan *p-value* nyeri diam (ND), nyeri tekan (NT) dan nyeri gerak (NG) 0,005 pada kelompok *kinesio taping* dan *core stability exercise*, dan uji *mann witheney* pada nyeri diam (ND) dan nyeri tekan (NT) tidak memiliki perbedaan pengaruh yang signifikan tetapi pada nyeri gerak menunjukan hasil p=0,044< 0,05
Kesimpulan: Pada nyeri gerak (NG), ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok *kinesio taping* dan *core stability exercise* terhadap penurunan *low back pain myogenic*.

Kata Kunci : *Kinesio Taping, Core Stability Exercise, Low Back Pain Myogenic*

ABSTRACT

DEPARTMENT OF PHYSIOTHRAPY UNDERGRADUATE
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
MINITHESIS, OCTOBER 2016

RIAN PRASETYO/ J120120056
"THE EFFECT OF KINESIO TAPING AND CORE STABILITY ON PAIN RELIEVING INCREASING OF LOWBACK PAIN AT THE FARMER"

Background: Lower back pain or low back pain myogenic is pain around of the lower back mucle or a disorder caused byabnormalities in the muscles and tendons of elements without neurologicaldisorders. Low back pain may result in pain, muscle spasm and muscleimbalance Low back pain myogenic can be occurred in farmer because bent positionfor a long time. Kinesio tapping and core stability exercise can relieve pain low back pain myogenic cases.

Purpose of the research. To knowing the effect and difference of effect between kinesio taping and core stability exercise on pain relieving of low back pain myogenic.

Method of the research: It is a quasi-experimental research with pre and post test two group design. Population of the research was workers of farmer at BotoVillage. Respondents who had criteria of inclusion were 20 respondents aged 55-65 years, they were divided to be an kinesio tapping group (10 respondents) and a *core stability exercise* group (10 respondents). Pain was measured using a visual analog scale (VAS). Data were analyzed using *Wilcoxon* test to test the influence and *Mann Whitney* test to test different influences.

Results of the Research: There is a positive effect on pain reduction kinesio taping and core stability exercise oflower back pain or low back pain myogenic after using a statistical test *p-value* obtained *wicoxon* on silent pain (ND), tenderness (NT) and the pain of motion (NG) 0,005 in the kinesio taping and core stability exercise group, and statistical *mann withney*on silent pain (ND) and tenderness (NT) did not have a significant difference, but the pain of motion (NG) indicated *p* value = 0,044< 0,05

Conclution: At the pain of motion (NG), there is significant difference of effect between kinesio tapping group and core stability exercise group on alleviation of *low back pain.*

Key Words : ***Kinesio Taping, Core Stability Exercise, Low Back Pain Myogenic***

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PRASYARATAN …….. ii

HALAMAN PERSETUJUAN iii

HALAMAN PENGESAHAN ……..... iv

KATA PENGANTAR ……. v

PERSEMBAHAN ……..… vii

SURAT PERNYATAAN ……... viii

MOTTO ix

ABSTRAK …….. x

DAFTAR ISI xii

DAFTAR TABEL xvi

DAFTAR GAMBAR xvii

DAFTAR LAMPIRAN xviii

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Rumusan Masalah 4

C. Tujuan Penelitian 5

1. Tujuan Umum 5

2. Tujuan Khusus 5

D. Manfaat Penelitian 5

1. Manfaat Teoritis 5

2. Manfaat Praktis 6

BAB II. LANDASAN TEORI

A. Kerangka Teori 7

1. Petani 7

a. Definisi 7

b. Faktor Resiko Terjadi *Low Back Pain Myogenic* 7

2. *Low Back Pain Myogenic* 8
a. Definisi 8
b. Gejala *Low Back Pain Myogenic* 11
c. Penyebab *Low Back Pain Myogenic* 11
d. Pengukuran Intensitas Nyeri 12
3. *Core Stability Exercise* 13
a. Definisi 13
b. Bentuk *Latihan Core Stability* 13
c. Efek *Core Stability Exercise* …….. 17
4. *Kinesio Taping* 18
a. Definisi 18
b. Pemasangan *Kinesio Taping* 19
c. Efek *Kinesio Taping* 20
B. Kerangka Berpikir 23
C. Kerangka Konsep 24
D. Hipotesis..... 24
BAB III. METODE PENELITIAN
A. Jenis Dan Desain Penelitian 25
1. Jenis Penelitian 25
2. Desain Penelitian 25
B. Waktu dan Tempat Penelitian 26
C. Teknik Pengambilan Sampel 26
1. Populasi 26
2. Sampel 26
D. Variabel Penelitian 27
1. Variabel Independen (Variabel Bebas) 27
2. Variabel Dependen (Variabel Terikat) 27
E. Definisi Konseptual 28
1. *Low Back Pain Myogenic* 28
2. *Kinesio Taping* 28
3. *Core Stability Exercise* 28

F. Definisi Operasional 29
1. *Kinesio Taping* 29
2. *Core Stability Exercise* 29
G. Jalannya Penelitian 31
1. Persiapan Penelitian 21
2. Pelaksanaan Penelitian 29
H. Teknik Analisis Data 32
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN
A. HASIL 33
1. Gambaran Umum 33
2. Hasil Penelitian 34
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Nyeri 35
4. Analisa Data 38
a. Uji Pengaruh 39
b. Uji Beda Pengaruh 40
B. PEMBAHASAN 41
1. Karakteristik Responden 41
a. Usia 41
b. Berat Badan Angkut 41
c. Lama Kerja 41
d. Masa Kerja 42
2. Uji Pengaruh 42
a. Uji Pengaruh *Kinesio Taping* Terhadap Penurunan Keluhan *Low Back Pain Myogenic* Petani 42
b. Uji Pengaruh *Core Stability Exercise* Terhadap Penurunan Keluhan *Low Back Pain Myogenic* Petani.. 43
3. Uji Beda Pengaruh 44
C. KETERBATASAN PENELITIAN 46
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN
A. Kesimpulan 47
B. Saran 47

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

4.1. Data Karakteristik Responden 34
4.2. Nyeri *Low Back Pain Myogenic* Responden Kelompok *Kinesio Taping* Menggunakan *Visual Analog Scale* (VAS) 35
4.3. Nyeri *Low Back Pain Myogenic* Responden Kelompok *Core Stability Exercise* Menggunakan *Visual Analog Scale* (VAS)..... 35
4.4. Hasil Uji *Wilcoxon Test* Kelompok *Kinesio Taping* 37
4.5. Hasil Uji *Wilcoxon Test* Kelompok *Core Stability Exercise* 37
4.6. Hasil Uji *Mann Withney Test* Antara Kelompok *Kinesio Taping* Dan *Core Stability Exercise*..... 38

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

2.1. *The Plank* 15

2.2. *"Crunch"* 15

2.3. *Static Leg And Back* 16

2.4. *Hundreds* 16

2.5. Pemasangan *Kinesio Taping* …….. 20

2.6. Efek *Kinesio Taping* 21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Sampel

Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian

Lampiran 3 Hasil Analisis Data

Lampiran 4 *informed consent*

Lampiran 6 Surat bukti penelitian

Lampiran 7 Dokumentasi