

**PENGARUH *THERAPEUTICAQUATIC* TERHADAP
NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC***



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi

Disusun oleh :

Siti Nuryati

J120150093

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2019

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, hidayah dan petunjuk-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul “**Pengaruh *Therapeutic Aquatic Terhadap Nyeri pada Low Back Pain Myogenic***”.

Diajukan guna melengkapi tugas-tugas untuk melengkapi persyaratan untuk menyelesaikan Program Pendidikan Sarjana Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dalam penyusunan skripsi ini tidak lupa kiranya penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak :

1. Dr. Sofyan Arif, M. Si. Selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Mutalazimah, SKM, M. Kes. Selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Isnaini Herawati, S. Fis, M. Sc. Selaku ka. Progdi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. dr.Siti Soekiswati, MH. Selaku pembimbing Penulis mengucapkan terima kasih atas bimbingan, arahan dan kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Segenap dosen pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Suakarta.
6. Segenap karyawan dan staff tata usaha Universitas Muhammadiyah Surakarta.

7. Bapak dan Ibu dan keluarga tercinta yang selalu mendoakan, mendukung untuk menyelesaikan studi ini.
8. Teman-teman angkatan Fisioterapi 2015

Penulis menyadari keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membengun demi sempurnanya skripsi ini.

Surakarta, 2 Mei 2019

Penulis

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI

“PENGARUH *THERAPEUTIC AQUATIC* TERHADAP NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC*”

Skripsi ini Telah Disetujui Dipertahankan Dalam Ujian Skripsi

Program S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh

Siti Nuryati

J120150093

Pembimbing

dr. Siti Soekiswati, MH

NIDN : 0611096801

HALAMAN PENGESAHAN

“PENGARUH *THERAPEUTIC AQUATIC* TERHADAP NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC*”

Skripsi ini Telah Disetujui Pembimbing Untuk Dipertahankan Dalam

Ujian Skripsi

Program Studi Fisioterapi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Hari : Kamis

Tanggal : 16 Mei 2019

Tim Penguji Skripsi

Penguji

1. dr. Siti Soekiswati, MHKes
2. Arif Pristianto, S.ST.Ft., Ftr., M.Fis
3. Maskun Pudjianto, SMPH, M.Kes

Tanda Tangan

()
()
()



Mengetahui

DEKAN FIK UMS

(Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes)

NIK/NIDN. 786/06-1711-7301

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Nuryati

NIM : J120150093

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Judul Penelitian : **PENGARUH *THERAPEUTIC AQUATIC*
TERHADAP NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC***

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian pernyataan ini dibuat dengansebenar-benarnya.

Surakarta, 2 Mei 2019

Penulis,



SITI NURYATI
J120150093

HALAMAN MOTTO

“...jadikanlah SABAR dan SHOLAT sebagai penolongmu” (QS, Al-Baqarah
153:2)

“..jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik untuk dirimu sendiri....”
(QS, Al-Isra’ 17:7)

“... janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan sikap sombong...” (QS,
Lukman, 31:18)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Sebuah karya sederhana ini dipersembahkan kepada :

1. *Allah subhannahuwata'ala* yang telah memberikan kesempatan kehidupan yang bermakna dan kesehatan.
2. Ibu tercinta yang telah melahirkan saya di dunia ini, serta mendidik dengan baik dengan kasih sayangnya, serta selalu mendokan sehingga penulis sampai di titik ini.
3. Bapak tercinta yang selalu mendorong untuk selalu berbuat baik, serta memberikan fasilitas selalu bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan.
4. Dek Najib, walaupun jauh selalu memberikan kasih sayang dan selalu menghibur ketika penulis merasa jenuh.
5. Selaku pembimbing dr.Siti Soekiswati yang telah banyak men *support* kepada penulis sampai di titik ini, semoga sehat selalu.
6. Sahabat – sahabat saya (Wanita Berkarir Syurga, InshaAllah), Nikmah, Reda, Shobrina, Kyky, Sukma, Nuril yang selalu men *support* satu sama lainnya dan bertumbuh bersama.
7. Utin naura dan Aisyah Azhari yang selalu membantu membenarkan Ms. Word serta translit jurnal dan semoga kebaikannya dibalas dengan baik.
8. Mbak laksmi wening yang sudah membantu sebagai nomerator penelitian.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
KATA PENGANTAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERNYATAAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. Tinjauan Pustaka.....	6
B. Tinjauan Teori.....	7
1. Low Back Pain myogenic	7
2. Instrumen Pengukuran	15
3. Therapeutic Aquatic	16
C. Kerangka Berfikir	21
D. Kerangka Konsep.....	21
E. Hipotesa	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Jenis Penelitian	23

	B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	23
	C. Langkah Penelitian	24
	D. Populasi Dan Sampel	25
	E. Variabel Penelitian.....	27
	F. Definisi Konseptual	27
	G. Definisi Operasional	27
	H. Teknik Analisis Data	28
BAB IV	HASIL PENELITIAN	30
	A. Hasil	30
	1. Gambaran umum	30
	2. Hasil Analisis Data.....	31
	B. Pembahasan	35
	1. Karakteristik responden	35
	2. Pengaruh Therapeutic Aquatic terhadap penurunan nyeri low back pain myogenic	37
	C. Keterbatasan Penelitian.....	39
BAB V	PENUTUP	40
	A. Kesimpulan	40
	B. Implikasi	40
	C. Saran	40

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	<i>Gambar road map therapeutic aquatic</i>	6
Gambar 2. 2	<i>VAS (visual analogue scale)</i>	16
Gambar 2. 3	<i>Mental adjustment</i>	18
Gambar 2. 4	<i>Stretching iliopsoas</i>	19
Gambar 2. 5	<i>Passive hip abduction</i>	19
Gambar 2. 6	<i>Stetching gastrocnemius, hamstring, posterior muscle chain</i> .	20
Gambar 2. 7	<i>Rotation mobilization of the thoracic</i>	20
Gambar 2. 8	<i>Simple progresion</i>	21
Gambar 2.9	Kerangka Berfikir	21
Gambar 2.10	Kerangka Konsep	21
Gambar 3.1	Rancangan Penelitian	23

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Jadwal Perencanaan Penelitian.....	24
Tabel 3. 2	Jadwal dan Dosis Latihan.....	28
Tabel 4. 1	Distribusi Responden Berdasarkan Usia	31
Tabel 4. 2	Distribusi Responden Berdasarkan Pekerja	31
Tabel 4. 3	Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan IMT	32
Tabel 4. 4	Hasil Data Penelitian <i>Therapeutic Aquatic</i>	32
Tabel 4. 5	Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i>	33
Tabel 4. 6	Hasil Uji Pengaruh <i>Sample t-Test</i>	34
Tabel 4. 7	Hasil Uji <i>Independent Sample Test</i>	34

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Protokol Pelaksanaan Latihan
- Lampiran 2 (Stadar Operasional Prosedur) Pengukuran VAS (*visual analogue scale*)
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 4 Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 5 *Ethical Clearance Letter*
- Lampiran 6 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 7 Data mentah penelitian
- Lampiran 8 Hasil Pengujian SPSS
- Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian

PENGARUH *THERAPEUTIC AQUATIC* TERHADAP NYERI PADA *LOW BACK PAIN MYOGENIC*

Abstrak

Low Back Myogenic adalah nyeri punggung bawah yang disebabkan oleh gangguan pada unsur muskuloskeletal tanpa disertai dengan adanya gangguan neurologis. *Low back pain myogenic* disebabkan melakukan aktifitas yang berlebihan, seperti posisi duduk yang salah, terlalu lama membungkuk dengan durasi yang lama, mengakibatkan aktivitas saat bekerja terganggu. *Therapeutic aquatic* merupakan metode terapi menggunakan air pada temperatur suhu sekitar 33-37°C. Jenis penelitian ini menggunakan metode pendekatan *quasi experimental design* dengan menggunakan *two pre-test and post-test with control group design*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 responden dengan dibagi 10 kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Instrumen pengukuran nyeri yaitu *Visual Analog Scale* (VAS). Berdasarkan uji statistik menunjukkan adanya pengaruh pemberian *therapeutic aquatic* dengan $p < 0,05$. Uji *paired sample t-test* pada kelompok perlakuan 0,000 dan kelompok kontrol diperoleh 0,443. Kesimpulan: terdapat pengaruh pemberian *therapeutic aquatic* terhadap penurunan nyeri pada *LBP myogenic*.

Kata Kunci: *low back pain myogenic, therapeutic aquatic*, migas cepu

Abstrack

Myogenic Low Back is lower back pain caused by a disruption of the musculoskeletal element without accompanied by a neurological disorder. Myogenic low back pain is caused by excessive activity, such as a wrong sitting position, too long bowing for a long duration, resulting in disrupted activities during work. Therapeutic aquatic is a therapeutic method using water at temperatures around 33-37 ° C. This type of research uses a quasi experimental design method using two pre-test and post-test with control group design. The sample in this study were 20 respondents divided into 10 treatment groups and control groups. Pain measurement instruments are Visual Analog Scale (VAS). Based on statistical tests showed the effect of therapeutic aquatic administration with $p < 0.05$. The paired sample t-test in the treatment group 0,000 and the control group obtained 0.443. Conclusion: there is an effect of therapeutic aquatic administration on decreased pain in myogenic LBP.

Keyword : *low back pain myogenic, therapeutic aquatic*, migas cepu