

**TUGAS AKHIR**

**LATIHAN STABILISASI OTOT-OTOT CORE PADA PASIEN NYERI PUNGGUNG  
BAWAH MIOGENIK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN FUNGSIONAL**



**Oleh:**

**Niki Sari Ayu Bramastha Putri**

**151610213001**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III FISIOTERAPI  
FAKULTAS VOKASI UNIVERSITAS AIRLANGGA**

**SURABAYA**

**2019**



**LEMBAR PERSETUJUAN**

**TUGAS AKHIR**

**LATIHAN STABILISASI OTOT-OTOT CORE PADA PASIEN NYERI  
PUNGGUNG BAWAH MIOGENIK UNTUK MENINGKATKAN  
KEMAMPUAN FUNGSIONAL**


Disusun dan diajukan oleh:

**NIKI SARI AYU B.P**  
**NIM 151610213001**

Surabaya, 22 Juli 2019

Menyetujui,

Pembimbing 1


  
**Reni Hendrarati, dr., Sp.KFR(K)**  
**NIP. 195410041983022001**

Pembimbing 2

  
**Kajad, SST, Ft**  
**NIP. 196009181986031012**

Mengetahui,

Koordinator Program Studi D-III Fisioterapi  
Fakultas Vokasi UNAIR

  
**Patricia Maria K., dr., Sp.KFR.**  
**NIP. 196211211989032003**



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat, taufik serta hidayah-Nya, penulis dapat menyusun tugas akhir yang berjudul “Latihan Stabilisasi otot-otot core pada pasien nyeri punggung bawah miogenik untuk meningkatkan kemampuan fungsional” dengan baik dan lancar.

Tugas akhir ini disusun dalam rangka melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Diploma III Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Airlangga Surabaya.

Dalam penyusunan tugas akhir ini, tentunya tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih atas berbagai macam bantuan, bimbingan dan segala partisipasi yang telah diberikan dalam pembuatan tugas akhir ini kepada:

1. Allah SWT, yang telah memberikan kesempatan, kemudahan dan ridhoNya pada penulis, sehingga bisa menimba ilmu yang bermanfaat hingga sampai berada di titik ini.
2. Rasulullah Muhammad SAW, yang telah membimbing penulis dari ketidaktahuan menuju kejalan yang di ridhoi oleh Allah SWT.
3. Orang tua tercinta, ayah Agus Bharata dan Ibu Sri Yuli Astuti yang begitu luar biasa telah mendidik, membimbing, memberimotivasi, kasih sayang serta doa dalam segala hal yang penulis butuhkan hingga penulis dapat sampai ketitik ini.



**Latihan Stabilisasi Otot-Otot Core Pada Pasien Nyeri Punggung  
Bawah Miogenik Untuk Meningkatkan Kemampuan Fungsional**

---

4. Prof. Dr. Moh Nasih, SE., MT., Ak selaku Rektor Universitas Airlangga Surabaya.
5. Prof. Dr. H. Widi Hidayat, SE., M.Si., Ak., CA., CMA., selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga Surabaya.
6. Dr. Harsono Plt selaku Direktur RSUD Dr. Soetomo Surabaya.
7. Nuniek Nugraheni S, dr., SPKFR (K) selaku Kepala Instalasi Rehabilitasi Medik RSUD Dr. Soetomo Surabaya.
8. Patricia Maria K., dr., Sp.KFR, selaku ketua program studi D III Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Airlangga Surabaya.
9. Reni Hendrarati, dr., Sp.KFR (K), selaku pembimbing I yang banyak memberikan bimbingan, motivasi, dan ilmu serta arahan dalam tugas akhir ini.
10. Kajad, SST.FT, selaku pembimbing II yang banyak memberikan bimbingan, motivasi, dan ilmu serta arahan dalam tugas akhir ini.
11. Seluruh dosen pengajar, instruktur, senior, dan fisioterapis Instalasi Rehabilitasi Medik RS Dr. Soetomo, RS Universitas Airlangga, Rumkital Dr. Ramelan, dan RS Orthopedi Dr. R. Soeharso, yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan bantuan kepada penulis selama menjalani kuliah dan melaksanakan praktik klinik.
12. Seluruh keluarga besar ayah dan ibu, serta seluruh orang tua dari sahabat sahabat saya yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan doanya kepada penulis.



**Latihan Stabilisasi Otot-Otot Core Pada Pasien Nyeri Punggung  
Bawah Miogenik Untuk Meningkatkan Kemampuan Fungsional**

---

13. Saudara penulis Bhara, Aurel, Vana, Delta, Dhestia yang senantiasa menemani dan menyemangati untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
14. Teman dekat penulis Fiki Firmansyah, Christin Simanjuntak, Silva Nirma, Hilda Caesar, Nadiyah yang senantiasa menemani, membantu dan memberi dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
15. Sahabat di bangku perkuliahan penulis Farid Aditya, Andro Satria, Chintya Erika, Irsalina Ramadhani, Rezky Romadhona, Ahmad Hizamuddin, Reinhard Churnia atas segala dukungan, bantuan dan semangat yang telah diberikan.
16. Keluargadari Ny. S yang bersedia meluangkan waktu, kesempatan, bantuan dan kerjasama dalam pelaksanaan terapi pada pembuatan tugas akhir ini.
17. Teman-teman kelompok B1 praktikum semester 5 (Hilda, Andro, Aziz, Noviandra) dan kelompok E praktikum semester 6 (Dio, Thetty) atas kerjasama, kebersamaan, kekeluargaan, dukungan, motivasi, dan doa yang sangat berarti bagi penulis selama menjalani praktikum di D3 Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
18. Teman sesama dosen pembimbing 1 Lukti dan mbak Inten, sesama pembimbing 2 Medilia.
19. Teman-teman satu angkatan 2016 "CALCANEUS", kakak-kakak alumni D3 Fisioterapi Unair, kakak-kakak angkatan "Scapula", adik-adikangkatan "Malleolus" dan "Humerus" yang selalu mendukung,



**Latihan Stabilisasi Otot-Otot Core Pada Pasien Nyeri Punggung  
Bawah Miogenik Untuk Meningkatkan Kemampuan Fungsional**

---

memberi motivasi, doa, dan semangat dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

20. Serta seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan dan penulisan tugas akhir ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penyusunan tugas akhir ini masih jauh dari sempurna disebabkan oleh terbatasnya pengetahuan dan pengalaman penulis. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat di butuhkan bagi penulis guna tercapainya tugas akhir yang lebih baik.

Penulis berharap semoga penulisan tugas akhir ini bermanfaat bagi semua pihak terutama penulis, pembaca, maupun almamater.

Surabaya, 10 Juli 2019

Penulis



**Latihan Stabilisasi Otot-Otot Core Pada Pasien Nyeri Punggung  
Bawah Miogenik Untuk Meningkatkan Kemampuan Fungsional**

**PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH**

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Niki Sari Ayu Bramastha Putri

NIM : 151610213001

Menyatakan dengan sebenarnya dan sungguh-sungguh bahwa Tugas Akhir ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini hasil jiplakan atau ada pihak yang mengajukan gugatan, maka saya bersedia menerima seluruh sanksi/hukuman atas perbuatan tersebut, termasuk pembatalan ijazah yang saya peroleh dari universitas airlangga.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya

Surabaya, 3 Juli 2019

Yang membuat pernyataan,



Niki Sari Ayu B.P