

**TERAPI LATIHAN UNTUK MENGURANGI  
NYERI *OSTEOARTHRITIS GENU***

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada  
Program Studi D IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh  
**ZAKA AINUN OOLBI**  
E2016046

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2020**

**TERAPI LATIHAN UNTUK MENGURANGI  
NYERI *OSTEOARTHRITIS GENU***

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada  
Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**

Oleh :

**ZAKA AINUN OOLBI  
E2016046**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2020**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul:

### **TERAPI LATIHAN UNTUK MENGURANGI NYERI *OSTEOARTHRITIS GENU***

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi sarjana terapan Fisioterapi pada Program Studi D IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Tugas Akhir yang sudah dipublikasikan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari diketahui penulis Tugas Akhir merupakan hasil dari plagiat atau jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juli 2020



Zaka Ainun Qolbi

NIM E2016046

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zaka Ainun Qolbi

NIM : E2016046

Jenis Karya : *Booklet*

Judul : “Terapi Latihan Untuk Mengurangi Nyeri  
*Osteoarthritis Genu*”

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-Eksklusif Royalti-Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta, dan sebagai pemilik hak cipta.

Dibuat di Surakarta Pada  
tanggal 20 Juli 2020

Yang menyatakan



(Zaka Ainun Qolbi)

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi dengan judul :

**TERAPI LATIHAN UNTUK MENGURANGI NYERI  
OSTEOARTHRITIS GENU**

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada ujian sidang skripsi Program Studi  
D IV Fisioterapi Fakultas Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 17 Juli 2020

Pembimbing I



Ari Sapti Mei Leni, SSt. FT., M.Or  
NIDN. 0605059001

Pembimbing II



Ipa Sari Kardi, M.Or., AIFO  
NIDN. 0603039301

Mengetahui

Kaprodi D IV Fisioterapi



Ari Sapti Mei Leni, SSt. FT., M.Or  
NIDN. 0605059001

## HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

### PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

#### TERAPI LATIHAN UNTUK MENGURANGI NYERI *OSTEOARTHRITIS GENU*

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan Pada Program Studi DIV Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Agustus 2020

Mengesahkan,

Penguji

1. Maskun Pujianto, SMPH., S.Pd., M.Kes  
NIDK. 99060004450
2. Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or  
NIDN. 0605059001
3. Ipa Sari Kardi, M.Or., AIFO  
NIDN. 0603039301



Mengetahui

Kaprodi DIV Fisioterapi



Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or  
NIDN. 0605059001

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayahNya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Terapi Latihan untuk Mengurangi Nyeri *Osteoarthritis Genu*”. Skripsi ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi D IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun material secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai, terutama kepada yang saya hormati :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or. selaku Ketua Program Studi DIV Fisioterapi dan dosen pembimbing 1 yang telah memberikan kritik, saran serta bimbingan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Rini Widarti, SSt.FT., M.Or. selaku Sekretaris Program Studi DIV Fisioterapi.
4. Ibu Ipa Sari Kardi, M.Or., AIFO. selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan staf di lingkungan Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Kedua orang tua saya bapak Tri Wibowo dan ibu Markamah Karya Wati yang selalu mendoakan, memberi semangat, motivasi dan dukungan yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada Eva Rosita dan seluruh sahabat-sahabat terbaik saya yang telah membantu dan selalu memberi motivasi untuk menyelesaikan proposal skripsi ini.

9. Teman-teman Program Studi Fisioterapi angkatan 2016 Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Surakarta, 20 Juli 2020

Penulis



Zaka Ainun Qolbi  
E2016046