

**PENGARUH PEMBERIAN *NEURODYNAMIC SLIDING* TERHADAP  
PENINGKATAN FLEKSIBILITAS OTOT *HAMSTRING* DAN  
KESEIMBANGAN POSTURAL PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA  
MELATI DESA NGLANGON**

**SKRIPSI**

**Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada  
Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh:

**ARUM SARI NURUL LAILATUL QODRIYAH**  
**E2019010**

**PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2023**

**PENGARUH PEMBERIAN *NEURODYNAMIC SLIDING* TERHADAP  
PENINGKATAN FLEKSIBILITAS OTOT *HAMSTRING* DAN  
KESEIMBANGAN POSTURAL PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA  
MELATI DESA NGLANGON**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada  
Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh:

**ARUM SARI NURUL LAILATUL QODRIYAH**  
**E2019010**

**PRORAM STUDI DIV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN *NEURODYNAMIC SLIDING* TERHADAP  
PENINGKATAN FLEKSIBILITAS OTOT HAMSTRING DAN  
KESEIMBANGAN POSTURAL PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA  
MELATI DESA NGLANGON**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada  
Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**

Oleh:

**ARUM SARI NURUL LAILATUL QODRIYAH  
E2019010**

**PRORAM STUDI DIV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PEMBERIAN *NEURODYNAMIC SLIDING* TERHADAP PENINGKATAN FLEKSIBILITAS OTOT *HAMSTRING* DAN KESEIMBANGAN POSTURAL PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA MELATI DESA NGLANGON**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi yang sudah dipakai seseorang untuk mendapatkan gelar kesarjanaan dilingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 22 Mei 2023



Arum Sari Nurul Lailatul Qodriyah

Nim E2019010

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arum Sari Nurul Lailatul Qodriyah  
Nim : E2019010  
Jenis Karya : Skripsi  
Skripsi Judul : Pengaruh Pemberian *Neurodynamic Sliding* Terhadap Fleksibilitas Otot *Hamstring* Dan Keseimbangan Postural Pada Lansia Di Posyandu Lansia Melati Desa Nglangon

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-Eklusif Royalty 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*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Surakarta

Pada tanggal: 22 Mei 2023

Yang menyatakan



(Arum Sari Nurul Lailatul Qodriyah)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PEMBERIAN *NEURODYNAMIC SLIDING* TERHADAP PENINGKATAN FLEKSIBILITAS OTOT *HAMSTRING* DAN KESEIMBANGAN POSTURAL PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA MELATI DESA NGLANGON**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang skripsi Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Mei 2023

Pembimbing



(Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis)

NIDN.0615059502

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



(Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis)

NIDN.0615059502

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

**PENGARUH PEMBERIAN *NEURODYNAMIC SLIDING*  
TERHADAP PENINGKATAN FLEKSIBILITAS OTOT  
*HAMSTRING* DAN KESEIMBANGAN POSTURAL PADA  
LANSIA DI POSYANDU LANSIA MELATI DESA NGLANGON**

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

Surakarta, 27 Mei 2023

Mengesahkan,

- Penguji: 1. Dea Linia Romadhoni, S.Fis. M.K.M (  )  
NIDN.0607039301
2. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis. M.K.M (  )  
NIDN.0609029501
3. Dita Mirawati, S. Tr.Ftr., M.Fis (  )  
NIDN. 0615059502

Mengetahui,

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



(Dita Mirawati, S. Tr.Ftr., M.Fis)  
NIDN.0615059502

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian *Neurodynamic Sliding* Terhadap Fleksibilitas Otot *Hamstring* Dan Keseimbangan Postural Pada Lansia Di Posyandu Lansia Melati Desa Nglangon”. Selama menyelesaikan penyusunan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya, kepada yang saya hormati:

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep.Ns, M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Sri Kustiyati, SST., M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Dita Mirawati, S. Tr.Ftr., M.Fis selaku Ketua Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Dita Mirawati, S. Tr.Ftr., M.Fis selaku Pembimbing yang selalu memberi semangat dan dengan sabar memberi bimbingan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Kedua orang tua saya Bapak Mulyoto dan Ibu Sri Suyatmi, kakak adik yang selalu mendoakan dan sebagai motivasi utama saya serta memberi dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman-teman prodi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2019. Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga dengan berbagai kekurangan ini menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi penulis. Penulis mengharapkan karya tulis ini memberikan manfaat bagi teman teman fisioterapi dan lembaga kesehatan.

Surakarta, 11 Februari 2023

Penulis