

**PERBEDAAN PENGARUH *DYNAMIC NECK EXERCISE*  
DENGAN *NECK STRETCHING EXERCISE* TERHADAP  
PENURUNAN NYERI LEHER PADA PENJAHIT DI AFLAHA  
COLLECTION GROGOL SUKOHARJO**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi  
pada Program Studi Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh  
ERINA KUSWAH YUNI  
NIM E2014016**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
SURAKARTA**

**2018**

**PERBEDAAN PENGARUH *DYNAMIC NECK EXERCISE*  
DENGAN *NECK STRETCHING EXERCISE* TERHADAP  
PENURUNAN NYERI LEHER PADA PENJAHIT DI AFLAHA  
COLLECTION GROGOL SUKOHARJO**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program  
Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiah Surakarta**

**Oleh**

**ERINA KUSWAH YUNI**

**NIM E2014016**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIYAH  
SURAKARTA**

**2018**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

**PERBEDAAN PENGARUH *DYNAMIC NECK EXERCISE* DENGAN *NECK STRETCHING EXERCISE* TERHADAP NYERI LEHER PADA PENJAHIT DIAFLAHA COLLECTION GROGOL SUKOHARJO**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan STIKES 'Asiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apa bila ternyata di kemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia bertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan rata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 10 Juni 2018



ERINA KUSWAH YUNI

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Erina Kuswah Yuni  
NIM : E2014016  
JenisKarya : Skripsi  
Judul : "Perbedaan Pengaruh *Dynamic Neck Exercise* Dengan *Neck Stretching Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri Leher Pada Penjahit Di Aflaha Collection Grogol Sukoharjo"

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES '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 : 10 Juli 2018

Yang menyatakan,



(Erina Kuswah Yuni)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

### **PERBEDAAN PENGARUH *DYNAMICNECK EXERCISE* DENGAN *NECK STRETCHING EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI LEHER PADA PENJAHIT DI AFLAHA COLLECTION GROGOL SUKOHARJO**

Dinyatakan telah setuju untuk diujikan pada Ujian Skripsi Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

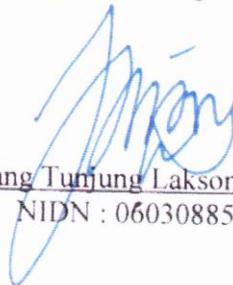
Surakarta, 02 Juli 2018

Pembimbing I



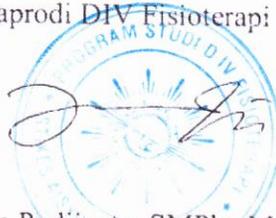
Maskun Pudjianto, S. MPh., M. Kes  
NIDK : 9906000450

Pembimbing II



Danang Tunjung Laksono, M. Pd  
NIDN : 0603088502

Mengetahui  
Kaprodidi DIV Fisioterapi



Maskun Pudjianto, S.MPh., M.Kes  
NIDK. 9906000450

Skripsi dengan judul :

**PERBEDAAN PENGARUH *DYNAMIC NECK EXERCISE* DENGAN *NECK STRETCHING EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI LEHER PADA PENJAHIT DI AFLAHA COLLECTION GROGOL SUKOHARJO**

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini sudah diujikan pada Sidang Ujian Skripsi pada tanggal 10 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 10 Juli 2018

Mengesahkan,

Penguji 1. Indarwati, S. KM, M. Kes  
NIDN : 0621076904

(.....)

2. Maskun Pudjianto, S. MPh. M. Kes  
NIDK : 9906000450

(.....)

3. Danang Tunjung Laksono, M.Pd  
NIDN : 0603088502

(.....)

Mengetahui  
Kaprodidi IV Fisioterapi



Maskun Pudjianto, S.MPh., M.Kes  
NIDK. 9906000450

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

**Maskun Pudjianto, S.MPh., M. Kes**

**Danang Tunjung Laksono, M. Pd**

selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberi pengarahan, diskusi dan bimbingan serta persetujuan sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh *Dynamic Neck Exercise* Dengan *Neck Stretching Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri Leher Pada Penjahit Di Aflaha Collection Grogol Sukoharjo”. Skripsi ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘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.

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 terutama kepada yang saya hormati :

1. Riyani Wulandari, S. Kep. Ns. M. Kep selaku ketua STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Maskun Pudjianto, S. MPh. M. Kes selaku KAPRODI DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Winarni, S.SiT. MPh selaku Wakil KAPRODI DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Indarwati, S. KM. M. Kes., Bapak Maskun Pudjianto, S.MPh. M.Kes dan Bapak Danang Tunjung Laksono, M. Pd selaku dosen pembimbing dan dosen penguji skripsi saya yang telah memberikan kritik dan saran bimbingan maupun arahan yang sangat berguna dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak / Ibu dosen dan staff dilingkungan Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
6. Bapak Ngatino dan Ibu Narsih selaku orang tua penulis yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, dan pengorbanannya baik dari segi moril maupun material kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi.
7. Abi Muchamad Fahmi Hakim dan Bunda Syamsiah selaku wali penulis di Karanganyar yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, dan pengorbanannya baik dari segi moril maupun material kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi.
8. Mahendra Prasetya, Ahmad Syihab Rahmadhani selaku adik tercinta penulis yang selalu mendoakan dan mendukung dari jauh.
9. Muh. Jibril Fii Dzillalil Qur’anil Hakim, Muh. Mikail Yazzaka Fikrul Hakim, Muh. Hasya Ruziqta Syamil, dan Muh. Faqih Qalamullah Bil Hakim selaku adik

penulis yang selalu mendukung dan menjadi penyemangat dalam menyelesaikan skripsi.

10. Keluarga Besar Mbah Khasan – Suliyem yang selalu mendukung, memotivasi dan mendoakan cucu ataupun cicitnya ini hingga mampu menyelesaikan Skripsi ini.
11. Jazakillah khairan katsiron sahabat sekaligus keluarga liqo ukhti yang sudah mendukung, menyemangati, membantu dan mendoakan selama saya dalam menyelesaikan Skripsi ini.
12. Jazakillah Khairan Katsiron Kasih teman sekaligus sahabat tempat menerima semua keluh kesahku dari awal hingga sekarang ini.
13. Jazakillah Khairan Katsiron kepada Hannan, Puput, dan Kak Ros yang sudah betah bertahan dengan aku yang bawel selama 8 bulan praktik klinik se Solo Raya, menemani berburu ilmu aqidah selama dimana kita menapakkan kaki.
14. Jazakillah Khairan Katsiron kepada mamah, ucik, tante, novi dan dyah yang sudah membantu, mendukung dan memberikan semangat di kala aku susah.
15. Teman – teman sejawat yang selalu memberikan motivasi, dukungan dan saran selama proses pembuatan Skripsi.
16. Pihak Aflaha Collection yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
17. Semua pihak lain yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis berusaha memaksimalkan segala kemampuan dalam penyusunan skripsi ini, namun penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap skripsi ini dapat menjadi salah satu karya tulis dari hasil pembelajaran yang sudah ditempuh kurang lebih selama empat tahun. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para fisioterapis dan lembaga kesehatan.

Surakarta, 2 Juni 2018

Penulis