

**PERBEDAAN PENGARUH *RETROWALKING* DAN *RESISTANCE EXERCISE THERABAND* TERHADAP PENINGKATAN AKTIVITAS FUNGSIONAL PADA *OSTHEOARTHRITIS KNEE* LANSIA**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiah Surakarta**



**Oleh :**

**TSABITAH KHOIRIYYAH**

**202015043**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA  
2024**

**PERBEDAAN PENGARUH *RETROWALKING* DAN *RESISTANCE*  
*EXECISE THERABAND* TERHADAP PENINGKATAN  
AKTIVITAS FUNGSIONAL PADA *OSTHEOARTHRITIS KNEE*  
LANSIA**

**SKRIPSI**

Oleh

**TSABITAH KHOIRIYYAH**

**202015043**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

### **PERBEDAAN PENGARUH *RETROWALKING* DAN *RESISTANCE EXERCISE THERABAND* TERHADAP PENINGKATAN AKTIVITAS FUNGSIONAL PADA *OSTHEOARTHRITIS KNEE* LANSIA**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahu bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila dikemudian hari penulisan tugas akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawab sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Agustus 2024



Tsabitah Khoiriyah

202015043

### PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Tsabitah Khoiriyah

NIM : 202015043

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Perbedaan Pengaruh *Retrowalking* Dan *Resistance Exercise Theraband* Terhadap Peningkatan Aktivitas Fungsional Pada *Osteoarthritis knee* Lansia.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas *Royaliti Non-esklusif (Non-Exclusive Royalty-free Right)* Kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengakalan data (data base), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surakarta

Pada

Yang menyatakan



(Tsabitah Khoiriyah)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

**PERBEDAAN PENGARUH *RETROWALKING* DAN *RESISTANCE EXERCISE THERABAND* TERHADAP PENINGKATAN AKTIVITAS FUNGSIONAL PADA *OSTHEOARTHRITIS KNEE* LANSIA**

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada ujian Seminar Hasil Program Studi Sarjana Terapan Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 7 Agustus 2024

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M  
NIDN. 0609029501

Mengetahui,

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



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

**PENGESAHAN PENGUJI**

Skripsi dengan judul :

**PERBEDAAN PENGARUH *RETROWALKING* DAN *RESISTANCE EXERCISE THERABAND* TERHADAP PENINGKATAN AKTIVITAS FUNGSIONAL PADA *OSTEOARTHRITIS KNEE* LANSIA**

Dibuat untuk melengkapi segian persyaratan menjadi Sarjana Kesehatan Pada Program Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada ujian seminar hasil pada tanggal 12 Agustus 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, Agustus 2024

Mengesahkan,

Penguji

1. Dita Mirawati, S. Tr.Ftr., M.Fis

NIDN. 0615059502

2. Asita Rohmah Mutnaasitoh, S.Tr.Ftr., M.Fis

NIDN. 0616029401

3. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M

NIDN. 0609029501

()  
()  
()

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



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

NIDN. 0615059502

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT dengan ramat dan karunia-Nya yang telah dianugerahkan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul **“Perbedaan Pengaruh *Retrowalking* Dan *Resistance Exercise Theraband* Terhadap Peningkatan Aktivitas Fungsional Pada *Osteoarthritis Knee Lansia*”**. Selama menyelesaikan penyusunan skripsi, penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M.Kep., selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
2. Ibu Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku Dekan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Dita Mirawati, S. Tr.Ftr., M.Fis selaku Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan semangat, kritik, saran, masukan, dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi.
5. Diri saya, terimakasih sudah sabar dan terus berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan semaksimal mungkin.
6. Kedua orangtuaku, adik saya terimakasih selalu mendoa’kan, memberi dukungan, dan semangat yang luar biasa.
7. Seluruh pihak yang telah membantu penulis namun tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas bantuan, semangat dan doa baik yang diberikan kepada penulis selama ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini jauh dari kesempurnaan, semoga berbagai kekurangan ini menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi peneliti, subyek peneliti dan sebagai wawasan kita semua.

Surakarta, 8 Agustus 2024

Penulis