

**PERBEDAAN PENGARUH *ANKLE STRATEGY EXERCISE*  
*DAN SINGLE LEG STAND EXERCISE* TERHADAP  
KESEIMBANGAN STATIS PADA LANSIA  
DI POSYANDU MULYO LESTARI II  
MOJOLABAN SUKOHARJO**

**SKRIPSI**

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



**Oleh**

**FEBRI FITRIANA I. J  
E2014018**

**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 *ANKLE STRATEGY EXERCISE* DAN *SINGLE LEG STAND EXERCISE* TERHADAP KESEIMBANGAN STATIS  
PADA LANSIA DI POSYANDU MULYO LESTARI II  
MOJOLABAN SUKOHARJO**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada program DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Juli 2018



Febri Fitriana I. J

E2014018

## PERSYARATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademi STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Febri Fitriana I. J

Nim : E2014018

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Perbedaan Pengaruh *Ankle Strategy Exercise* dan *Single Leg Stand Exercise* terhadap Keseimbangan Statis pada Lansia di Posyandu Mulyo Lestari II Mojolaban Sukoharjo

Dengan ini menyetujui dan memberi Hak Bebas Royalty Noneklusif (*non-exclusive royalty-free right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta pangkat yang didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah 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 : 13 Juli 2018

Yang menyatakan



( Febri Fitriana I.J )

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi dengan judul :

**PERBEDAAN PENGARUH *ANKLE STRATEGY EXERCISE* DAN *SINGLE LEG STAND EXERCISE* TERHADAP KESEIMBANGAN STATIS PADA LANSIA DI POSYANDU MUYO LESTARI II MOJOLABAN SUKOHARJO**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian skripsi Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 05 Juli 2018

Pembimbing I

Pembimbing II



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

Ummi Hany Eprilia, S. Psi., M.Pd  
NIDN. 0617047702

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



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

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

### **PERBEDAAN PENGARUH *ANKLE STRATEGY EXERCISE* DAN *SINGLE LEG STAND EXERCISE* TERHADAP KESEIMBANGAN STATIS PADA LANSIA DI POSYANDU MULYO LESTARI II MOJOLABAN SUKOHARJO**

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

Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada tanggal 16 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES<sup>'</sup>Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Juli 2018

Mengesahkan,

Penguji 1. Indarwati, SKM., M.Kes  
NIDN. 0621076904

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

3. Ummi Hany Eprilia, S. Psi, M.Pd  
NIDN. 0617047702

()  
()  
()

Mengetahui,  
Kaprosdi DIV Fisioterapi

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

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh *Ankle Strategy Exercise* dan *Single Leg Stand Exercise* terhadap Keseimbangan Statis pada Lansia di Posyandu Mulyo Lestari II Mojolaban Sukoharjo”. Proposal skripsi ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan 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 proposal skripsi ini.

Selesainya proposal 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 proposal skripsi ini hingga selesai, 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 SekProdi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Maskun Pudjianto, S.MPH, M.Kes dan Ummi Hany Eprilia, M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memberikan kritik dan saran bimbingan maupun arahan yang sangat berguna dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan staff di lingkungan Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Suarakarta.
6. Segenap dosen pengajar, karyawan dan staf tata usaha STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

7. Kedua orang tua dan keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan dukungan tanpa batas waktu.
8. Sahabat, teman dan orang-orang yang selalu ada untuk memberikan bantuan dan dukungan baik dalam keadaan suka maupun duka.
9. Teman seperjuangan DIV Fisioterapi angkatan 2014 STIKES 'Aisyiyah Surakarta, serta pembimbing lahan yang telah memberikan semangat kepada peneliti.
10. Semua pihak lain yang telah membantu dalam penyusunan proposal skripsi ini.

Penulis berusaha memaksimalkan segala kemampuan dalam penyusunan proposal skripsi ini, namun penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap proposal skripsi ini dapat menjadi salah satu karya tulis dari hasil pembelajaran yang sudah ditempuh kurang lebih selama 4 tahun. Semoga proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para fisioterapis dan lembaga kesehatan.

Surakarta, Juli 2018

Penulis