

**PENGARUH KOMBINASI *MUSCLE ENERGY TECHNIQUE* (MET)
DENGAN *THERABAND EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI
OSTEOARTHRITIS KNEE PADA LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

AGRESIA MONIKA PUTRI

202115003

PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA

2025

**PENGARUH KOMBINASI *MUSCLE ENERGY TECHNIQUE* (MET)
DENGAN *THERABAND EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI
OSTEOARTHRITIS KNEE PADA LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

AGRESIA MONIKA PUTRI

202115003

PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA

2025

**PENGARUH KOMBINASI *MUSCLE ENERGY TECHNIQUE* (MET)
DENGAN *THERABAND EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI
OSTEOARTHRITIS KNEE PADA LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**

Oleh :

AGRESIA MONIKA PUTRI

202115003

PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA

2025

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

**PENGARUH KOMBINASI *MUSCLE ENERGY TECHNIQUE (MET)*
DENGAN *THERABAND EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI
*OSTEOARTHRITIS KNEE PADA LANSIA***

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Sarjana Terapan Kesehatan Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘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 Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 8 Juli 2025



Agresia Monika Putri
NIM. 202115003

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Agresia Monika Putri

NIM : 202115003

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Kombinasi *Muscle Energy Technique (MET)* Dengan *Theraband Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri *Osteoarthritis Knee* Pada Lansia

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti 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 tanggal 8 Juli 2025

Yang menyatakan



(Agresia Monika Putri)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *MUSCLE ENERGY TECHNIQUE (MET)* DENGAN *THERABAND EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI *OSTEOARTHRITIS KNEE* PADA LANSIA

Dinyatakan telah disetujui pada Ujian Sidang Skripsi Program Studi Sarjana

Terapan Kesehatan Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 8 Juli 2025

Pembimbing

Alinda Nur Ramadani, S. Fis., M.K.M

NIDN. 0609029501

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi



PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *MUSCLE ENERGY TECHNIQUE (MET)* DENGAN *THERABAND EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI *OSTEOARTHRITIS KNEE* PADA LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 25 Juli 2025 dan dinyatakan telah memenuhi syarat/sah sidang skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Kesehatan Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Agustus 2025

Mengesahkan,

Penguji

1. Asita Rohmah Mutnawasitoh, S.Tr.Ftr.,M.Fis (.....)
NIDN. 0615059502
2. Dita Mirawati, S.Tr.Ftr.,M.Fis (.....)
NIDN. 0615059502
3. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M (.....)
NIDN. 0609029501



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, memberikan kesehatan, kesempatan, kemudahan serta melapangkan pemikiran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Kombinasi *Muscle Energy Technique (MET)* Dengan *Theraband Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri *Osteoarthritis Knee* Pada Lansia”. Sholawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada kekasih Allah SWT panutan seluruh umat yakni baginda Rasulullah SAW, yang telah memperbaiki akhlak dan budi pekerti manusia seperti yang kita rasakan sekarang ini. Proses penggerjaan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari pihak, sehingga penulis mengucapkan terimakasih kepada:

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 Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
4. Ibu Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M selaku pembimbing tugas akhir yang senantiasa memberikan bimbingan, arahan dan dukungan dengan sabar serta memotivasi sehingga penulis dapat menyusun laporan tugas akhir ini.
5. Kedua Orang Tua tersayang Terima Kasih penulis ucapkan atas segala pengorbanan, ketulusan, dukungan serta do'a tiada henti yang diberikan. Walaupun tidak mudah untuk mengantarkan penulis sampai pada tahap ini walaupun ibu dan bapak tidak sempat merasakan dibangku perkuliahan, namun selalu senantiasa memberikan yang terbaik tak kenal lelah mengusahakan, memberikan dukungan baik secara moral maupun finansial. Perjalanan hidup yang tidak mudah bagi kedua orang tua tersayang dalam mengantarkan penulis sampai pada tahap ini semoga dengan adanya skripsi ini dapat membuat kedua orang tua tersayang bangga karena telah berhasil menjadikan anak peremuannya ini menyandang gelar sarjana pertama

dalam keluarga seperti yang diharapkan. Besar harapan penulis semoga bapak dan ibu selalu sehat, Panjang umur dan bisa menyaksikan keberhasilan penulis meraih masa depan yang diimpikan.

6. Teman-teman Program Studi DIV Fisioterapi angkatan 2021 Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Kepada trah opet teman-temanku tercinta ferin, brili, isna, dela, adhel, isna, eva, tumel, cumbul, capo dan tempong yang selalu menemani dari awal perkuliahan hingga saat ini, yang selalu menguatkan, mensupport dan tidak meninggalkan penulis dalam keadaan apapun.

penulis mengharapakan kritik dan saran yang dapat membangun laporan ini. Semoga studi kasus ini data bermanfaat bagi kita semua. Aamin.

Surakarta, 8 Juli 2025