PENGARUH KOMBINASI LATIHAN *AGILITY* DAN *PERTURBATION TRAINING* TERHADAP NYERI DAN FUNGSIONAL PASIEN *OSTEOARTHRITIS KNEE* PADA LANSIA

SKRIPSI

Oleh :

HELMI NUGRAHENI

202215027

PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PENGARUH KOMBINASI LATIHAN *AGILITY* DAN *PERTURBATION TRAINING* TERHADAP NYERI DAN FUNGSIONAL PASIEN *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 :

HELMI NUGRAHENI

202215027

PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

PENGARUH KOMBINASI LATIHAN *AGILITY* DAN *PERTURBATION TRAINING* TERHADAP NYERI DAN FUNGSIONAL PASIEN *OSTEOARTHRITIS KNEE* PADA LANSIA

Yang dibuat untuk melengkapi sebagaian persyaratan menjadi Sarjana Terapan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi 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 Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian 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 Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Juni 2026

Yang menyatakan



Helmi Nugraheni

202215027

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama	: Helmi Nugraheni
NIM	: 202215027
Jenis Karya	: Skripsi
Judul	: Pengaruh Kombinasi Latihan *Agility* dan *Perturbation Training* Terhadap Nyeri dan Fungsional Pasien *Osteoarthritis Knee* pada Lansia

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Nonekslusif (*Non-Exclusive 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,

Surakarta, 29 Juni 2026

Yang menyatakan



Helmi Nugraheni

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI LATIHAN *AGILITY* DAN *PERTURBATION TRAINING* TERHADAP NYERI DAN FUNGSIONAL PASIEN *OSTEOARTHRITIS KNEE* PADA LANSIA

Dinyatakan dan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Seminar Hasil Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Mei 2026

Pembimbing,

(Asita Rohmah Mutnawasitoh S.Tr., Ftr., M.Fis)

NIDN. 0616029401

Mengetahui,

Ketua Program Studi D IV Fisioterapi

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

NIDN. 0615059502

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI LATIHAN *AGILITY* DAN *PERTURBATION TRAINING* TERHADAP NYERI DAN FUNGSIONAL PASIEN *OSTEOARTHRITIS KNEE* PADA LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi Sarjana Terapan Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 23 Mei 2026 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Juni 2026

Mengesahkan, Penguji

1. Alinda Nur Ramadhani S. Fis., M. K. M
   NIDN. 0609029501 (.....)
2. Dita Mirawati S.Tr., Ftr., M.Fis
   NIDN. 0615059502 (.....)
3. Asita Rohmah Mutnawasitoh S.Tr., Ftr., M.Fis
   NIDN. 0616029401 (.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi D IV Fisioterapi

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

NIDN. 0615059502

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikann penyusunan Skripsi yang berjudul "Pengaruh Kombinasi Latihan *Agility* dan *Perturbation training* terhadap Nyeri dan Fungsional pasien *Osteoarthritis Knee* pada Lansia". Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat Ujian Akhir di Program Studi D IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dyah Rahmawatie Ratna Budi Utami, 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 Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Asita Rohmah Mutnawasitoh S.Tr., Ftr., M.Fis selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk penulis agar menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas waktu,perhatian dan kesabaran dan ilmu yang telah diberikan selama penyusunan skripsi.
5. Kedua orang tua tercinta, Bapak dan Ibu, yang tiada hentinya melangitkan doa-doa terbaik serta memberikan kasih sayang, dukungan, dan semangat kepada anak perempuannya ini dalam memperjuangkan masa depan. Terima kasih atas setiap pengorbanan, kesabaran, restu, dan kebahagiaan yang telah diberikan tanpa mengenal lelah, serta selalu percaya dan menguatkan penulis dalam setiap langkah. Terima kasih telah menjadi rumah paling nyaman untuk pulang, tempat berbagi cerita dan keluh kesah. Segala pencapaian yang penulis raih hingga sampai pada titik ini tidak terlepas dari doa, cinta, dan dukungan Bapak dan Ibu. Semoga keberhasilan ini dapat menjadi kebahagiaan dan kebanggaan bagi Bapak dan Ibu.

6. Untuk kakak perempuan tercinta yang telah berpulang ke sisi-Nya, ada begitu banyak cerita dan pencapaian yang ingin penulis sampaikan. Meskipun kakak tidak dapat menyaksikan perjalanan penulis sejak awal perkuliahan hingga menyelesaikan pendidikan ini, kasih sayang, kenangan, dan kebaikan yang diberikan akan selalu melekat dalam hidup penulis. Terima kasih telah menjadi bagian yang begitu berarti.
7. Teman-teman tercinta (Fika, Salsa, Anna, Azka, Gita, Athaya, Arista) yang telah menemani penulis selama menjalani 4 tahun masa perkuliahan. Bersama kalian, hari-hari dikampus berubah menjadi cerita yang layak dikenang. Penulis sangat bersyukur dipertemukan oleh orang yang tulus, setia dan ceria seperti kalian. Terima kasih telah bertahan di sisi penulis di kala banyak masalah yang dihadapi bersama. Kalian bukan sekedar teman, tapi bagian dari perjalanan yang akan selalu hidup dalam ingatan penulis.
8. Teman-teman Program Studi DIV Fisioterapi angkatan 2022 Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah menjadi bagian dari perjalanan selama masa perkuliahan. Terimakasih atas kebersamaan, kerja sama, dukungan, semangat, serta barbagai pengalaman berharga yang telah dilalui bersama.
9. *Last but not least*, Helmi Nugraheni terimakasih sudah bertahan, berusaha, dan terus melangkah dalam menyelesaikan setiap proses selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Terimakasih atas kerja keras, kesabaran, semangat serta kemauan untuk terus belajar dan menghadapi tantangan yang ada. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa setiap proses yang telah dilalui memiliki makna dan menjadi bagian dari perjalanan untuk terus berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

“Berbagai cobaan dan hal yang buat kau ragu, jadikan percikan tuk menempa tekadmu, jalan hidupmu hanya milikmu sendiri, rasakan nikmatnya hidupmu hari ini” (Baskara Putra).

Surakarta, 06 Juni 2026

Penulis,