PENGARUH KOMBINASI *GLUTEAL MUSCLE STRENGTHENING EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PENDERITA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PADA PETANI

SKRIPSI

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

Oleh:

Safrida Aulia Nadyasari

202215044

PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PENGARUH KOMBINASI *GLUTEAL MUSCLE STRENGTHENING EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PENDERITA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PADA PETANI

SKRIPSI

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

Oleh:

Safrida Aulia Nadyasari

202215044

PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PENGARUH KOMBINASI *GLUTEAL MUSCLE STRENGTHENING EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PENDERITA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PADA PETANI

SKRIPSI

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

Oleh:

Safrida Aulia Nadyasari

202215044

PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *GLUTEAL MUSCLE STRENGTHENING EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PENDERITA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PADA PETANI

Yang dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Sarjana Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kersarjanaan di lingkungan Universitas '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 ataupun tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juli 2026



Safrida Aulia Nadyasari

202215044

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama	: Safrida Aulia Nadyasari
NIM	: 202215044
Jenis Karya	: Skripsi
Judul	: Pengaruh Kombinasi *Gluteal Muscle Strengthening Exercise* Dan *Core Stability Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri Penderita *Low Back Pain Myogenic* Pada Petani

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-*Exclusive Royalty Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan mengalih media/formatkan mengelola dalam bentuk pengakalan 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, 20 Juli 2026

Yang Menyatakan



Safrida Aulia Nadyasari

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Dengan Judul:

PENGARUH KOMBINASI *GLUTEAL MUSCLE STRENGTHENING EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PENDERITA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PADA PETANI

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada uji Sidang Skripsi Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 18 Mei 2026

Pembimbing

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

NIDN. 0615059502

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi

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

NIDN. 0615059502

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *GLUTEAL MUSCLE STRENGTHENING EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PENDERITA *LOW BACK PAIN MYOGENIC* PADA PETANI

Dibuat untuk melengkapi sebagian pernyataan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diajukan pada Uji Sidang Skripsi pada tanggal 25 Mei 2026 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juli 2026

Mengesahkan, Penguji

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

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi

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

NIDN. 0615059502

KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadirat Allah subhanahu wata'ala yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis dapat menyelesaikan skripsi. Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya 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.
3. Ibu Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis, selaku ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta sekaligus sebagai pembimbing yang telah memberikan kritik, saran, dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Ibu Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis, selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan penuh kesabaran dan perhatian dalam membimbing penulis sehingga sampai pada titik ini. Terima kasih telah percaya, membantu, membimbing, dan selalu mendorong penulis untuk terus berkembang.
5. Kepada ibu dan bapak terimakasih atas segala doa, pengorbanan yang tiada henti dan selalu mengusahakan penulis untuk menempuh pendidikan hingga sejauh ini. Terimakasih telah menjadi penyemangat terbesar dalam hidup penulis.
6. Seluruh keluarga tercinta kakek, nenek, tante, om, sepupu dll yang selalu memberikan motivasi dan menjadi penyemangat penulis hingga sejauh ini.
7. Sahabat-sahabat saya Rosa, Umi, Maya, Widia, Faras, Aprilyan, Qoriq, Nadia, dan Feliza yang telah memberikan semangat dan motivasi selama ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Semoga sebagai kekurangan ini akan menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi masa yang akan datang. Penulis mengharapkan skripsi ini memberikan manfaat bagi sejawat fisioterapi dan lembaga kesehatan. Aamiin.