

## **DAFTAR ISI**

### **HALAMAN JUDUL**

### **LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

### **ABSTRAK**

**KATA PENGANTAR.....i**

**DAFTAR ISI.....iii**

**DAFTAR GAMBAR.....vii**

**DAFTAR SKEMA .....**viii

**DAFTAR TABEL.....ix**

**DAFTAR SINGKATAN.....x**

### **BAB I PENDAHULUAN**

A.	Latar belakang .....	1
B.	Identifikasi Masalah .....	6
C.	Rumusan Masalah .....	7
D.	Tujuan Penelitian	
1.	Tujuan Umum .....	8
2.	Tujuan Khusus .....	8
E.	Manfaat Penelitian	
1.	Bagi Peneliti .....	8
2.	Bagi Institusi Pendidikan.....	8
3.	Bagi institusi Pelayanan Fisioterapi .....	8

### **BAB II DESKRIPSI TEORI DAN HIPOTESIS**

A.	Deskripsi Teori	
1.	Nyeri dan Pembatasan pada Piriformis Syndrome.....	10

2.	Anatomi dan Biomekanik	
a.	Gerakan Pelvis pada Femur.....	11
b.	Pelvic Hip Joint .....	12
c.	Osteokinematik.....	12
d.	Arthokinematik.....	13
e.	Karakteristik Sendi Hip .....	13
f.	Permukaan Artikular Distal.....	14
g.	Muscle Spindle .....	14
h.	Golgi Tendon Organ.....	16
i.	Otot-otot Hip.....	17
j.	Anatomi Otot Piriformis.....	18
k.	Peran Otot Piriformis .....	19
l.	Sistem Persarafan Otot Piriformis .....	20
m.	Histologi Otot .....	20
n.	Nervus Ischiadicus .....	21
o.	Pelvis .....	23
p.	Sacroiliac Joint .....	24
3.	Patologi Piriformis Syndrome	
a.	Insidensi dan Prevalensi .....	25
b.	Etiologi.....	25
c.	Tanda dan Gejala Piriformis Syndrome .....	25
d.	Patologi Piriformis Syndrome .....	26
e.	Patologi Fungsional .....	28
4.	Ketegangan dan Pemendekan Otot Piriformis.....	29
5.	Range of Motion Sendi Hip.....	30
6.	Mekanisme Nyeri .....	31
7.	Intervensi Auto Stretching	
a.	Mekanisme Auto Stretching Terhadap Peningkatan Range of Motion dan Penurunan Nyeri .....	34

b.	Aplikasi Auto Stretching .....	35
c.	Dosis Auto Stretching .....	37
8.	Myofascial Release	
a.	Mekanisme Myofascial Release Terhadap Peningkatan Range of Motion dan Penurunan Nyeri .....	38
b.	Aplikasi Myofascial Release .....	39
c.	Dosis Myofascial Release .....	41
9.	Alat Ukur	
a.	Visual Analogue Scale .....	41
b.	Goniometer.....	42
B.	Kerangka Berpikir .....	42
C.	Kerangka Konsep .....	44
D.	Alur Penelitian .....	46
E.	Hipotesis.....	48

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A.	Tempat dan waktu penelitian .....	49
B.	Desain penelitian .....	49
C.	Populasi dan sampel .....	51
D.	Instrumen pengukuran.....	53
E.	Teknik Analisa data.....	55

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A.	Deskripsi data .....	58
1.	Gambaran umum sampel penelitian .....	58
2.	Hasil pengukuran range of motion sebelum dan sesudah intervensi ...	60
3.	Hasil pengukuran visual analogue scale sebelum dan sesudah intervensi .....	60
B.	Uji persyaratan analisis	

1.	Uji normalitas .....	61
2.	Uji homogenitas .....	61
3.	Uji hipotesis.....	62

## BAB V PEMBAHASAN

A.	Hasil dari penelitian.....	65
1.	Intervensi auto stretching dapat meningkatkan range of motion dan menurunkan tingkat nyeri pada piriformis syndrome .....	66
2.	Intervensi myofascial release dapat meningkatkan range of motion dan menurunkan tingkat nyeri pada piriformis syndrome .....	67
3.	Ada perbedaan intervensi auto stretching dengan intervensi myofascial release terhadap peningakatan range of motion dan penurunan nyeri pada kasus piriformis syndrome .....	68
B.	Keterbatasan penelitian .....	69

## BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A.	Kesimpulan .....	70
B.	Saran` .....	70

DAFTAR PUSTAKA .....	71
----------------------	----

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Golgi tendon organ.....	16
Gambar 2.2 Otot piriformis.....	18
Gambar 2.3 Nervus ischiadicus.....	22
Gambar 2.4 Auto stretching .....	35
Gambar 2.5 Auto stretching .....	36
Gambar 2.6 Auto stretching .....	37
Gambar 2.7 Visual analogue scale .....	40

## **DAFTAR SKEMA**

Skema Kerangka berpikir.....	45
Skema 2.1 Kerangka konsep.....	46
Skema 2.2 Alur penelitian.....	47
Skema 3.1 Kelompok perlakuan I.....	50
Skema 3.2 Kelompok perlakuan II.....	50

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Otot panggul.....	17
Tabel 3.1 Assesment fisioterapi .....	52
Tabel 4.1 Data sampel berdasarkan usia pada kelompok perlakuan I dan II .....	59
Tabel 4.2 Data sampel berdasarkan jenis kelamin pada kelompok perlakuan I dan II .....	59
Tabel 4.3 Hasil pengukuran range of motion dengan satuan derajat ( $^{\circ}$ ) kelompok perlakuan I dan II .....	60
Tabel 4.4 Hasil pengukuran nyeri menggunakan visual analogue scale kelompok perlakuan I dan II .....	60
Tabel 4.5 Hasil uji normalitas goniometer (shapiro wilk test) dan hasil uji homogenitas (levene's test) .....	61
Tabel 4.6 Hasil uji normalitas visual analogue scale (shapiro wilk test) dan hasil uji homogenitas (levene's test).....	62
Tabel 4.7 Hasil uji hipotesis untuk nyeri dan range of motion (visual analogue scale dan goniometer) .....	63
Tabel 4.8 Nilai uji hipotesis II untuk nyeri dan range of motion (visual analogue scale dan goniometer) .....	63
Tabel 4.9 Nilai uji hipotesis III untuk nyeri dan range of motion (visual analogue scale dan goniometer) .....	64

## **DAFTAR SINGKATAN**

<i>Spina Illiaca Posterior Superior (SIPS)</i> .....	02
<i>Range of Motion (ROM)</i> .....	04
<i>Visual Analogue Scale (VAS)</i> .....	07
<i>Anterior Superior Spina Illiaca (SIAS)</i> .....	55
<i>Statistical Program For Social Science (SPSS)</i> .....	55