

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	
<b>ABSTRAK</b> .....	
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR SKEMA</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN ATAU TANDA</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Perumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian.....	11
1. Tujuan Umum.....	11
2. Tujuan Khusus.....	11
E. Manfaat Penelitian.....	11
1. Bagi Peneliti .....	11
2. Bagi Institusi Pelayanan Fisioterapi .....	12
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	12

4. Bagi Institusi Pelayanan .....	12
5. Bagi Pembaca .....	13

## **BAB II    KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS**

A. Deskripsi Teoritis .....	14
1. Nyeri Punggung Bawah Miogenik.....	14
a. Definisi .....	14
b. Penyebab Nyeri Punggung Bawah Miogenik.....	15
c. Tanda dan gejala Nyeri Punggung Bawah Miogenik.....	17
d. Anatomi Terapan & Biomekanik Vertebra Lumbalis .....	18
e. Patologi Nyeri Punggung Bawah Miogenik.....	36
f. Patofisiologi Nyeri Punggung Bawah Miogenik.....	39
g. Mekanisme terjadinya <i>disability</i> pada Nyeri Punggung Bawah Miogenik .....	41
2. <i>Infra Red Radiation</i> (IRR).....	42
a. Definisi .....	42
b. Jenis IRR .....	42
c. Efek Fisiologis.....	43
d. Efek Terapeutik .....	43
e. Indikasi .....	43
f. Kontra indikasi .....	44
g. Dosis .....	44
h. Bahaya IRR .....	45
i. Mekanisme penurunan <i>disability</i> pada Nyeri Punggung Bawah Miogenikdengan intervensi IRR .....	46

3. Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS).....	47
a. Definisi .....	47
b. Jenis-jenis arus TENS.....	48
c. Frekuensi Pulsa.....	49
d. Penempatan Elektrode .....	50
e. Indikasi .....	51
f. Kontra Indikasi .....	51
g. Dosis .....	52
h. Penatalaksanaan.....	52
i. Mekanisme Penurunan Disability pada Penderita Nyeri Punggung Bawah Miogenik dengan Intervensi TENS.....	53
4. Latihan Stabilisasi .....	54
a. Definisi .....	54
b. Tujuan Latihan Stabilisasi otot pinggang.....	56
c. Target otot latihan stabilisasi.....	57
d. Mekanisme Penurunan Disability pada penderita Nyeri Pinggang Miogenik .....	58
e. Prosedur Latihan Stabilisasi otot punggung bawah.....	59
5. Latihan <i>Strengthening</i> .....	62
a. Definisi .....	62
b. Efek Latihan <i>Strengthening</i> .....	66
c. Prosedur Penatalaksanaan Latihan <i>Strengthening</i> .....	67
d. Mekanisme penurunan disability dengan latihan <i>strengthening</i> pada NBP Miogenik.....	68

e. Bentuk Latihan <i>Strengthening</i> .....	69
B. Kerangka Berpikir .....	72
C. Kerangka Konsep .....	80
D. Hipotesis .....	81
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	82
B. Metode .....	82
C. Populasi dan Sampel.....	84
D. Instrumen Penelitian .....	87
1. Variabel yang digunakan dalam penelitian .....	87
2. Definisi Konseptual .....	88
3. Definisi Operasional .....	90
a. Infra Red Radiation (IRR).....	90
b. TENS .....	91
c. Latihan Stabilisasi .....	92
d. Latihan <i>Strengthening</i> .....	93
e. <i>Oswestry Disability Index</i> .....	94
4. Interpretasi skor cacat (dari artikel asli ) .....	96
E. Teknik Analisis Data .....	97
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	100
1. Gambaran Umum Sampel Penelitian .....	100
2. Hasil Pengukuran ODI Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Perlakuan I dan Kelompok Perlakuan II.....	104

B. Uji Persyaratan Analisis .....	110
1. Uji Normalitas .....	110
2. Uji Homogenitas.....	111
C. Pengujian Hipotesis .....	112
1. Uji Hipotesis I .....	112
2. Uji Hipotesis 2 .....	113
3. Uji Hipotesis 3 .....	114
<b>BAB V    PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil dari penelitian.....	116
1. Hasil Uji hipotesis I.....	117
2. Hasil Uji hipotesis II.....	119
3. Hasil Uji hipotesis III .....	122
B. Keterbatasan Penelitian .....	123
1. Faktor Penunjang .....	123
2. Faktor Penghambat .....	123
3. Upaya yang dilakukan .....	124
<b>BAB VI    KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	125
B. Saran.....	125

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**