

Lampiran 1 : Surat Keterangan Penelitian



Nomor : 033/UEU/FISIOTERAPI/EKS/VII/2021  
Perihal : Rekomendasi Penelitian Skripsi

Jakarta, 28 Juli 2021

Kepada Yth.,  
Direktur RSAB Harapan Kita  
di-  
Tempat

Dengan Hormat,

Dalam rangka penyusunan tugas akhir program studi fisioterapi, Fakultas Fisioterapi Esa Unggul, Maka Setiap mahasiswa diwajibkan melakukan Penelitian.

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin bagi mahasiswa dibawah ini melakukan penelitian pada tempat yang Bapak/Ibu pimpin

Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian adalah :

No	Nim	Nama	Judul
1	20170606035	Camilla Adzra Laiska	Hubungan Forward Head Posture Terhadap Timbulnya Nyeri Leher Non Spesifik Pada Pekerja Back Office

FAKULTAS FISIOTERAPI  
Universitas Esa Unggul



Wahyuddin, Ftr., M.Sc., Ph.D  
Dekan

Tembusan :

1. Koordinat Substansi Pendidikan dan Penelitian RSAB Harapan Kita

Lampiran 2 : Form Pemeriksaan Fisioterapi

**DATA PEMERIKSAAN PASIEN**

Nama : Warti  
 Umur : 40 th  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 TB : 155 cm  
 BB : 63 kg  
 Alamat : Pulo Gebang Indah  
 Pekerjaan : Auditor SNI  
 Durasi Bekerja : 8 jam  
 No. HP : 08629071838  
 Tanggal Pemeriksaan : 30 Juli 2021

**PEMERIKSAAN**

**I. Anamnesis**

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Sudah berapa lama mengalami nyeri leher ?	...3... Tahun/Bulan
2.	Apakah nyeri yang dirasakan terlokalisir atau menjalar ?	Ya
3.	Apakah memiliki riwayat trauma tulang pada cervical ?	tidak
4.	Apakah pernah atau saat ini menderita infeksi tulang belakang, instabilitas leher, TBC tulang, osteoporosis dan deficit neurologis ?	tidak

**II. Inspeksi**

**III. Regional Screening**  
 Cervical : Fleksi, ekstensi, 3D ekstensi (+)

**IV. Test Khusus**

1. Palpasi (+)
2. Isometrik test (+)
3. Jackson test (+)

**V. Derajat CVA (FHP)**  
 Hasil : 45°

**VI. NDI**  
 Skor : 20% (disabilitas ringan)

Lampiran 3 : NDI Questionnaire

**Neck Disability Index Questionnaire**

DIBACA : Kuesioner ini digunakan untuk mengetahui pengukuran nyeri leher yang mempengaruhi kemampuan fungsional aktivitas sehari-hari. Jawablah setiap pertanyaan dengan melingkari SATU PILIHAN sesuai apa yang dirasakan. Jika ada rasa lebih dari satu jawaban pilihan, LINGKARI PILIHAN YANG PALING DIRASAKAN TERHADAP KELUHAN UTAMA SAAT INI.

Nama : *Wartini*  
 Umur : *40 th*  
 Jenis Kelamin : *Perempuan*  
 Alamat : *Pulo Gebang Indah*  
 Tanggal Pengukuran : *30-01-2021*

<p>SESI 1- Tingkatan Nyeri</p> <p><input checked="" type="radio"/> 0. Sekarang saya tidak merasakan nyeri.</p> <p>1. Sekarang saya merasakan nyeri sangat ringan.</p> <p>2. Sekarang saya merasakan nyeri sedang.</p> <p>3. Sekarang saya merasakan nyeri cukup hebat.</p> <p>4. Sekarang saya merasakan nyeri sangat hebat</p> <p>5. Sekarang nyeri yang saya rasakan tidak tertahankan</p>	<p>SESI 6- Konsentrasi</p> <p>0. Saya dapat konsentrasi dengan baik tanpa adanya kesulitan.</p> <p><input checked="" type="radio"/> 1. Saya sedikit kesulitan konsentrasi, tetapi masih dapat konsentrasi dengan baik.</p> <p>2. Saya sedikit kesulitan konsentrasi.</p> <p>3. Saya memiliki kesulitan yang cukup besar untuk konsentrasi.</p> <p>4. Saya memiliki kesulitan yang sangat besar untuk konsentrasi.</p> <p>5. Saya tidak dapat konsentrasi pada semua hal.</p>
<p>SESI 2- Pemeliharaan Diri (Mencuci, berpakaian, dll)</p> <p>0. Saya dapat melakukan aktivitas fungsional sehari-hari tanpa adanya nyeri yang bermakna.</p> <p><input checked="" type="radio"/> 1. Saya dapat melakukan aktivitas fungsional, tetapi saya merasakan nyeri.</p> <p>2. Saya merasa nyeri saat melakukan aktivitas sehari-hari dan saya melakukan perlahan dan hati-hati.</p> <p>3. Saya butuh bantuan untuk melakukan aktivitas fungsional sehari-hari, tetapi saya dapat melakukan aktivitas tertentu.</p> <p>4. Saya butuh bantuan pada semua aktivitas fungsional sehari-hari.</p>	<p>SESI 7- Bekerja</p> <p>0. Saya dapat melakukan pekerjaan, sebanyak yang saya inginkan.</p> <p>1. Saya dapat melakukan pekerjaan sehari-hari, tetapi tidak berlebihan.</p> <p><input checked="" type="radio"/> 2. Saya dapat melakukan pekerjaan sehari-hari, sesuai yang saya inginkan.</p> <p>3. Saya tidak dapat melakukan pekerjaan sehari-hari.</p> <p>4. Saya kesulitan melakukan seluruh pekerjaan.</p> <p>5. Saya tidak dapat melakukan seluruh pekerjaan.</p>


<p>5. Saya sulit melakukan aktivitas fungsional sehari-hari dan hanya ditempat tidur.</p>	
<p>SESI 3- Mengangkat</p> <p>0. Saya dapat mengangkat sesuatu tanpa adanya nyeri.</p> <p>① 1. Saya dapat mengangkat sesuatu, tetapi terdapat nyeri.</p> <p>2. Saya harus dengan posisi tertentu yang benar untuk mengangkat sesuatu, supaya tidak nyeri.</p> <p>3. Saya dapat mengangkat sesuatu yang ringan sampai sedang dengan posisi tertentu yang benar, supaya tidak nyeri.</p> <p>4. Saya dapat mengangkat sesuatu yang sangat ringan.</p> <p>5. Saya tidak dapat mengangkat apapun.</p>	<p>SESI 8- Mengendarai</p> <p>0. Saya dapat mengendarai sendiri kendaraan saya, tanpa adanya nyeri pada leher.</p> <p>① 1. Saya dapat mengendarai sendiri kendaraan saya, walaupun ada nyeri ringan pada leher.</p> <p>2. Saya dapat mengendarai sendiri kendaraan saya, walaupun ada nyeri sedang pada leher.</p> <p>3. Saya tidak dapat mengendarai sendiri kendaraan saya, karena ada nyeri sedang pada leher.</p> <p>4. Saya kesulitan mengendarai sendiri kendaraan saya, karena nyeri hebat pada leher.</p> <p>5. Saya tidak dapat mengendarai sendiri kendaraan saya.</p>
<p>SESI 4- Membaca</p> <p>0. Saya dapat membaca apapun, tanpa menimbulkan nyeri pada leher.</p> <p>① 1. Saya dapat membaca apapun, disertai nyeri sangat ringan pada leher.</p> <p>2. Saya dapat membaca apapun, dengan nyeri sedang pada leher.</p> <p>3. Saya tidak dapat membaca sebanyak yang saya mau, karena ada nyeri sedang pada leher.</p> <p>4. Saya tidak dapat membaca sebanyak yang mau, karena sangat nyeri pada leher.</p> <p>5. Saya tidak dapat membaca apapun.</p>	<p>SESI 9- Tidur</p> <p>① 0. Saya tidak memiliki gangguan tidur.</p> <p>1. Ada sedikit gangguan tidur (kurang dari 1 jam, tak dapat tidur).</p> <p>2. Ada gangguan tidur (1-2 jam, tak dapat tidur).</p> <p>3. Ada gangguan tidur yang cukup (2-3 jam, tak dapat tidur).</p> <p>4. Tidur saya sangat terganggu (3-5 jam, tak dapat tidur).</p> <p>5. Saya tidak dapat tidur sama sekali (5-7 jam).</p>
<p>SESI 5- Sakit Kepala</p> <p>0. Saya tidak mengeluh sakit kepala</p> <p>1. Jarang sekali, saya mengeluh sedikit sakit kepala.</p> <p>② 2. Jarang sekali, saya mengeluh sakit kepala sedang.</p> <p>3. Sering sekali, saya mengeluh sakit</p>	<p>SESI 10- Rekreasi</p> <p>0. Saya dapat melakukan semua aktivitas rekreasi, tanpa ada nyeri leher.</p> <p>① 1. Saya dapat melakukan semua aktivitas rekreasi, walaupun ada sedikit nyeri pada leher.</p>

<p>kepala sedang.</p> <p>4. Sering sekali, saya mengeluh nyeri kepala hebat.</p> <p>5. Saya mengeluh nyeri kepala hampir setiap saat.</p>	<p>2. Ada aktivitas rekreasi tertentu yang tidak dapat saya lakukan, karena nyeri pada leher.</p> <p>3. Saya hanya dapat melakukan beberapa aktivitas rekreasi, karena nyeri pada leher.</p> <p>4. Saya kesulitan untuk melakukan aktivitas rekreasi, karena nyeri pada leher.</p> <p>5. Saya tidak dapat melakukan semua aktivitas rekreasi.</p>
---	---

Komentar :

$$\frac{10}{50} \times 100 = 20\%$$

Lampiran 4 : Surat Persetujuan Menjadi Sampel

  
Universitas  
**Esa Unggul**

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN**

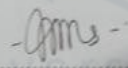

ID	: WW	Usia	: 40 th
Jenis Kelamin	: ♀ (perempuan)	TB/BB	: 155 / 68
Pekerjaan	: Auditor SPI	No Telp	: 088 29071838
Alamat	: Pulogebang Indah		

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian. Saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian dengan judul :

**"Hubungan Forward Head Posture Terhadap Timbulnya Nyeri Leher Non Spesifik Pada Pekerja Back Office"**

Demikian pernyataan ini saya setuju dengan penuh kesadaran dan sukarela untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Jakarta, 31 Juli 2021

Peneliti	Sampel Penelitian
 (.....)	 (.....)

## Lampiran 5 : SOP Pelaksanaan Pengambilan Data Pengukuran

### **Standar Operasional (SOP) Pelaksanaan Pengambilan Data Pengukuran**

1. Pengumpulan inform consent
2. Setelah inform consent diisi lengkap, responden dilakukan pengukuran CVA melalui teknik photogrammetry dengan prosedur sebagai berikut :
  - a. Peneliti memasang sedotan dan label bulat di titik CVA responden, yakni sedotan yang sudah diberikan perekat ditempelkan di C7, dan label bulat ditempelkan pada tragus telinga subjek. Hal ini dilakukan agar titik CVA dapat teridentifikasi
  - b. Responden berdiri menyamping di depan postural grid yang sebelumnya telah terpasang di dinding
  - c. Kamera ditempatkan pada tripod (ketinggian 1,63 meter) yang berjarak 1,9 meter dari subjek
  - d. Setelah responden diambil gambar, gambar kemudian dimasukan kedalam *Software Of Postural Assesmet* (SOPA) untuk diukur sudut CVA yang dimiliki subjek
  - e. Berdasarkan kriteria pembeda FHP, jika CVA  $>48,7^\circ$  maka didefinisikan sebagai postur “baik”, CVA antara  $48,7^\circ$ - $43,8^\circ$  didefinisikan sebagai FHP “sedang”, dan apabila CVA  $<43,8^\circ$  didefinisikan sebagai FHP “buruk” (Choi, dkk., 2020).
3. Dilakukan pengukuran fungsional nyeri leher dengan responden mengisi form berupa kuisisioner NDI (Neck Disability Index) yang telah disiapkan dengan jujur dan peneliti. Adapun perhitungan skor NDI sebagai berikut :
  - a. Jumlah skor secara keseluruhan
  - b. Jika 10 kondisi dapat diisi, maka cukup langsung menjumlah seluruh skor.
  - c. Sedangkan, jika suatu kondisi dihilangkan atau memiliki skor 0 maka ditiadakan dan perhitungannya adalah skor poin total dibagi dengan jumlah kondisi yang terisi, lalu dikalikan 5.
  - d. Formula : 
$$\frac{\text{Skor poin total}}{\text{Jumlah kondisi yang terisi} \times 5} \times 100 =$$

Lampiran 6 : Data Sampel Penelitian

Sampel	Usia	Jenis Kelamin	Tinggi Badan	Berat Badan	IMT	Derajat FHP (CVA)	NDI
1	25	Laki-laki	165	85	31,2	35,3	26
2	41	Perempuan	153	70	30,0	34,4	34
3	26	Perempuan	165	63	23,1	37,7	18
4	27	Perempuan	150	70	31,1	40,2	12
5	25	Laki-laki	170	73	24,4	33,5	24
6	29	Laki-laki	170	74	25,6	45	18
7	25	Laki-laki	165	67	24,6	42,9	22
8	25	Perempuan	158	85	34,0	33,2	28
9	30	Laki-laki	173	70	23,4	35,5	26
10	26	Laki-laki	175	75	24,5	35,5	18
11	27	Laki-laki	175	94	30,7	35,5	26
12	25	Laki-laki	171	63	21,5	43	20
13	39	Laki-laki	167	72	25,8	42,8	20
14	45	Laki-laki	161	72	26,2	42,3	26
15	31	Laki-laki	175	86	28,1	46,6	12
16	35	Laki-laki	165	70	25,7	45	12
17	41	Laki-laki	170	77	26,6	37,3	20
18	31	Perempuan	165	61	22,4	45,8	12
19	26	Perempuan	155	55	22,9	45	12
20	25	Perempuan	158	63	25,2	30,8	26
21	45	Perempuan	152	69	28,6	34,5	22
22	45	Perempuan	150	60	26,7	45	18
23	37	Perempuan	155	72	29,9	46	12
24	27	Laki-laki	165	72	26,4	37,6	28
25	30	Laki-laki	175	80	26,1	37,6	20
26	44	Perempuan	152	83	36,8	39	22
27	42	Perempuan	150	40	17,8	39	22
28	43	Laki-laki	170	80	27,7	44,2	12
29	45	Perempuan	150	70	31,1	41,2	18
30	40	Perempuan	155	68	28,3	45	20

Keterangan :

- Interpretasi CVA
  - >48,7° = postur baik
  - 48,7° - 43,8° = FHP sedang
  - <43,8° = FHP buruk



- Interpretasi NDI

0 – 20%	= disabilitas ringan
20 – 40%	= disabilitas sedang
40 – 60%	= disabilitas berat
60 – 80%	= lumpuh
80 – 100%	= -

Lampiran 7 : Hasil Pengolahan Data Dengan Menggunakan SPSS

**Statistics**

		Usia	TB	BB	IMT	CVA	NDI
N	Valid	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		33,43	162,766	71,166	26,880	39,88	20,20
Std. Deviation		7,903	8,8850	10,4916	3,90891	4,6650	5,8804
Minimum		25	150,0	40,0	17,8	30,80	12,00
Maximum		45	175,0	94,0	36,8	46,60	34,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Uji Normalitas Forward Head Posture (CVA)

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Craniovertebral Angle	,134	30	,176	,928	30	,043

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Normalitas Nyeri Leher (NDI)

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
NDI	,152	30	,076	,927	30	,040

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Hipotesa

**Correlations**

		Craniovertebral Angle	NDI
Craniovertebral Angle	Pearson Correlation	1	-,731**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	30	30
Neck Disability Index	Pearson Correlation	-,731**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

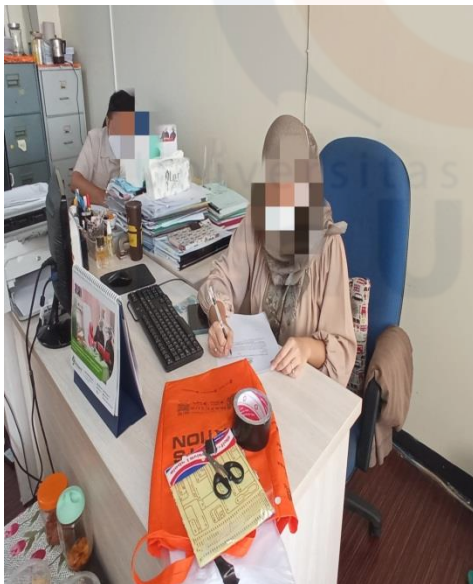
Lampiran 8 : Dokumentasi Penelitian



Dokumentasi 1



Dokumentasi 2



Dokumentasi 3



Dokumentasi 4

Keterangan :

Dokumentasi 1 : Pengukuran FHP dengan menggunakan metode photogrammetry

Dokumentasi 2 : Pengukuran FHP dengan menggunakan software of postural assessment

Dokumentasi 3 : Pengisian Informed Consent

Dokumentasi 4 : Pengisian kuisioner NDI

Lampiran 9 : Surat Pernyataan



### **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Camilla Adzra Laiska

Nim : 2017-0606 -038

Program studi : S1 Fisioterapi Fakultas Fisioterapi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul:

**“Hubungan *Forward Head Posture* Terhadap Timbulnya Nyeri Leher Non Spesifik Pada Pekerja Back Office”**

Merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan hasil karya dan bukan hasil plagiat skripsi orang lain. Bila dikemudian hari skripsi saya dengan judul di atas terbukti merupakan hasil plagiat maka Rektor Universitas Esa Unggul berhak membatalkan Gelar Sarjana Fisioterapi yang telah saya terima.

Saksi,  
Dekan Fakultas Fisioterapi  
Universitas Esa Unggul

Jakarta, 10 Agustus 2021

Wahyuddin, S.St.Ft, M.Sc, PhD

Camilla Adzra Laiska

Lampiran 10 : Daftar Riwayat Hidup



**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

**Data Pribadi**

Nama : Camilla Adzra Laiska  
Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta, 03 Juni 1999  
Agama : Islam  
Status Keluarga : Perempuan  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Jl. Bakung Blok I-1 No. 21 Perumahan Harapan  
Kita Tangerang  
Email : camillaadzra@gmail.com  
No. Telp : +6289516615660

**Riwayat Pendidikan**

Tahun 2004-2006 : TK AL ISTIQOMAH  
Tahun 2006-2011 : SD Negeri Karawaci Baru 1 Tangerang  
Tahun 2011-2014 : SMP Negeri 9 Tangerang  
Tahun 2014-2017 : SMA Negeri 4 Tangerang  
Tahun 2017-2021 : Fakultas Fisioterapi, Program Studi S1 Fisioterapi,  
Universitas Esa Unggul, Jakarta.