

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN  
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :  
Umur : Tahun  
Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan  
Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini. Maka dengan ini saya bersedia dan setuju untuk menjadi sample penelitian dan mengikuti proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian yang berjudul **“Perbedaan Efek Antara *Core Stability Exercise* Dengan *William’s Flexion Exercise* Terhadap Disabilitas dan Kekuatan Otot Pada *Low Back Pain Miogenik*”**. Demikian surat pernyataan ini saya setujui dengan sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun dan untuk dapat digunakan dengan semestinya.

Jakarta, 2016

Hormat saya,

(.....)

## **KUISIONER *MODIFIED OSWESTRY DISABILITY INDEX (ODI)***

### **Intensitas Nyeri**

- 0 = Saya dapat mentolerir nyeri tanpa menggunakan obat pereda nyeri
- 1 = Nyeri terasa buruk, tetapi saya dapat menangani tanpa menggunakan obat pereda nyeri
- 2 = Obat pereda nyeri mengurangi nyeri saya secara keseluruhan
- 3 = Obat pereda nyeri mengurangi sebagian nyeri saya
- 4 = Obat pereda nyeri mengurangi sedikit nyeri saya
- 5 = Obat pereda nyeri tidak mempunyai efek terhadap nyeri yang saya alami

### **Perawatan Diri (mis: mencuci, berpakaian)**

- 0 = Saya dapat merawat diri secara normal tanpa menambah nyeri
- 1 = Saya dapat merawat diri secara normal, tetapi menambah nyeri
- 2 = Perawatan diri menyebabkan nyeri, sehingga saya melakukan dengan lambat dan hati-hati
- 3 = Saya butuh bantuan, tetapi saya dapat menangani sebagian besar perawatan diri saya
- 4 = Saya butuh bantuan dalam sebagian besar aspek perawatan diri saya
- 5 = Saya tidak berpakaian, kesulitan mencuci, dan tetap di tempat tidur

### **Mengangkat**

- 0 = Saya dapat mengangkat benda berat tanpa menambah nyeri
- 1 = Saya dapat mengangkat benda berat, tetapi menambah nyeri
- 2 = Nyeri mencegah saya mengangkat benda berat dari lantai, tetapi saya dapat menangani jika benda berat tersebut ditempatkan pada tempat yang membuat saya nyaman (misal: di atas meja)
- 3 = Nyeri mencegah saya mengangkat benda berat dari lantai, tetapi saya dapat menangani benda ringan dan sedang pada tempat yang membuat saya nyaman
- 4 = Saya hanya dapat mengangkat benda yang sangat ringan
- 5 = Saya tidak dapat mengangkat atau membawa suatu benda

### **Berjalan**

- 0 = Nyeri tidak menghambat saya berjalan dalam berbagai jarak
- 1 = Nyeri menghambat saya berjalan lebih dari 1 mil
- 2 = Nyeri menghambat saya berjalan lebih dari ½ mil
- 3 = Nyeri menghambat saya berjalan lebih dari ¼ mil
- 4 = Saya dapat berjalan dengan kruk atau tongkat
- 5 = Sebagian besar waktu saya di tempat tidur dan harus merangkak ke toilet

### **Duduk**

- 0 = Saya dapat duduk di berbagai jenis kursi sepanjang waktu saya suka
- 1 = Saya hanya dapat duduk di kursi favorit saya sepanjang waktu saya suka
- 2 = Nyeri menghambat saya duduk lebih dari 1 jam
- 3 = Nyeri mencegah saya duduk lebih dari ½ jam
- 4 = Nyeri mencegah saya duduk lebih dari 10 menit
- 5 = Nyeri menghambat saya duduk

### **Berdiri**

- 0 = Saya dapat berdiri selama yang saya inginkan tanpa menambah nyeri
- 1 = Saya dapat berdiri selama yang saya inginkan, tetapi menambah nyeri
- 2 = Nyeri menghambat saya berdiri lebih dari 1 jam
- 3 = Nyeri menghambat saya berdiri lebih dari ½ jam
- 4 = Nyeri menghambat saya berdiri lebih dari 10 menit
- 5 = Nyeri menghambat saya berdiri

### **Tidur**

- 0 = Nyeri tidak menghambat saya tidur nyaman
- 1 = Saya dapat tidur nyaman jika menggunakan obat pereda nyeri
- 2 = Meskipun menggunakan obat pereda nyeri, tidur saya kurang dari 6 jam
- 3 = Meskipun saya menggunakan obat pereda nyeri, tidur saya kurang dari 4 jam
- 4 = Meskipun saya menggunakan obat pereda nyeri, tidur saya kurang dari 2 jam

- 5 = Nyeri menghambat tidur saya

### **Kehidupan Sosial**

- 0 = Kehidupan sosial saya normal tanpa menambah nyeri
- 1 = Kehidupan sosial saya normal, tetapi tingkatan nyeri bertambah
- 2 = Nyeri menghambat saya berpartisipasi melakukan kegiatan banyak energi (misal: olahraga, dansa)
- 3 = Nyeri menghambat saya sering keluar
- 4 = Nyeri menghambat kehidupan sosial saya di rumah
- 5 = Saya kesulitan melakukan kehidupan sosial karena nyeri

### **Bepergian**

- 0 = Saya dapat bepergian kemana saja tanpa menambah nyeri
- 1 = Saya dapat bepergian kemana saja, tetapi menambah nyeri
- 2 = Nyeri menghambat saya bepergian lebih dari 2 jam
- 3 = Nyeri menghambat saya bepergian lebih dari 1 jam
- 4 = Nyeri menghambat saya bepergian untuk suatu kebutuhan di bawah ½ jam
- 5 = Nyeri mencegah saya bepergian kecuali mengunjungi dokter/terapis atau ke rumah sakit

### **Pekerjaan/Rumah Tangga**

- 0 = Pekerjaan/aktivitas kerja normal tidak menyebabkan nyeri
- 1 = Urusan rumah tangga/aktivitas kerja normal menambah nyeri, tetapi saya dapat melakukan semua yang membutuhkan saya
- 2 = Saya dapat melakukan sebagian urusan rumah tangga/tugas kerja, tetapi nyeri menghambat saya melakukan aktivitas yg membutuhkan kegiatan fisik (misal: mengangkat, membersihkan rumah)
- 3 = Nyeri menghambat saya melakukan sesuatu kecuali kerjaan ringan
- 4 = Nyeri menghambat saya melakukan sesuatu termasuk kerjaan ringan
- 5 = Nyeri menghambat saya melakukan aktivitas pekerjaan atau urusan rumah tangga sehari-hari

## Mean, Median and Standar Deviation

### Statistics

		ODI sebelum 1	ODI sesudah 1	Selisih ODI 1	ODI sebelum 2	ODI sesudah 2	Selisih ODI 2	Sphygmo sebelum 1	Sphygmo sesudah 1	Selisih Sphygmo 1	Sphygmo sebelum 2	Sphygmo sesudah 2	Selisih Sphygmo 2
N	Valid	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
	Missing	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Mean		31.00	19.20	11.80	31.00	23.60	7.20	82.20	93.60	11.40	82.40	87.80	5.40
Median		31.00	18.00	12.00	30.00	23.00	8.00	82.00	94.00	11.00	82.00	87.00	6.00
Std. Deviation		4.028	3.425	1.989	4.830	4.971	2.150	2.201	2.271	2.119	2.797	2.898	1.897

## Uji Normalitas ODI

### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ODI sebelum 1	.202	10	.200 <sup>*</sup>	.896	10	.196
ODI sesudah 1	.237	10	.118	.940	10	.549
Selisih ODI 1	.240	10	.107	.886	10	.152
ODI sebelum 2	.182	10	.200 <sup>*</sup>	.879	10	.128
ODI sesudah 2	.170	10	.200 <sup>*</sup>	.915	10	.318
Selisih ODI 2	.245	10	.090	.892	10	.177

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

## Uji Normalitas Sphygmomanometer

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sphygmo sebelum 1	.264	10	.047	.920	10	.359
Sphygmo sesudah 1	.230	10	.143	.933	10	.479
Selisih Sphygmo 1	.246	10	.089	.874	10	.111
Sphygmo sebelum 2	.184	10	.200 <sup>*</sup>	.945	10	.609
Sphygmo sesudah 2	.233	10	.133	.897	10	.205
Selisih Sphygmo 2	.224	10	.168	.911	10	.287

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

## Uji Homogenitas ODI

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
VAR00001	Equal variances assumed	.238	.632	.000	18	1.000	.000	1.989	-4.178	4.178
	Equal variances not assumed			.000	17.436	1.000	.000	1.989	-4.188	4.188

### Uji Homogenitas Sphygmomanometer

#### Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
VAR00004	Equal variances assumed	.663	.426	-.178	18	.861	-.200	1.125	-2.565	2.165
	Equal variances not assumed			-.178	17.057	.861	-.200	1.125	-2.574	2.174

## Hipotesis I

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	ODI sebelum 1	31.00	10	4.028	1.274
	ODI sesudah 1	19.20	10	3.425	1.083
Pair 2	Sphygmo sebelum 1	82.20	10	2.201	.696
	Sphygmo sesudah 1	93.60	10	2.271	.718

**Paired Samples Test**

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	ODI sebelum 1 - ODI sesudah 1	11.800	1.989	.629	10.377	13.223	18.762	9	.000
Pair 2	Sphygmo sebelum 1 - Sphygmo sesudah 1	-11.400	1.647	.521	-12.578	-10.222	-21.894	9	.000



## Hipotesis II

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	ODI sebelum 2	31.00	10	4.830	1.528
	ODI sesudah 2	23.60	10	4.971	1.572
Pair 2	Sphygmo sebelum 2	82.40	10	2.797	.884
	Sphygmo sesudah 2	87.80	10	2.898	.917

**Paired Samples Test**

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	ODI sebelum 2 - ODI sesudah 2	7.400	2.319	.733	5.741	9.059	10.091	9	.000
Pair 2	Sphygmo sebelum 2 - Sphygmo sesudah 2	-5.400	1.897	.600	-6.757	-4.043	-9.000	9	.000

**Hipotesis III**

**ODI**

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
VAR00002	Equal variances assumed	1.693	.210	-2.305	18	.033	-4.400	1.909	-8.411	-.389
	Equal variances not assumed			-2.305	15.974	.035	-4.400	1.909	-8.448	-.352

**Sphygmomanometer**

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
VAR00005	Equal variances assumed	.536	.473	4.982	18	.000	5.800	1.164	3.354	8.246
	Equal variances not assumed			4.982	17.025	.000	5.800	1.164	3.344	8.256