

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN MOTO .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
<i>ABSTRACT</i> .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. <i>Low Back Pain</i> Miogenik .....	9
B. Anatomi Tulang Belakang .....	17
C. <i>Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)</i> .....	20
D. <i>Myofascial Release</i> .....	24
E. <i>Visual Analog Scale (VAS)</i> .....	26
F. Kerangka Teori .....	27
G. Kerangka Konsep .....	28

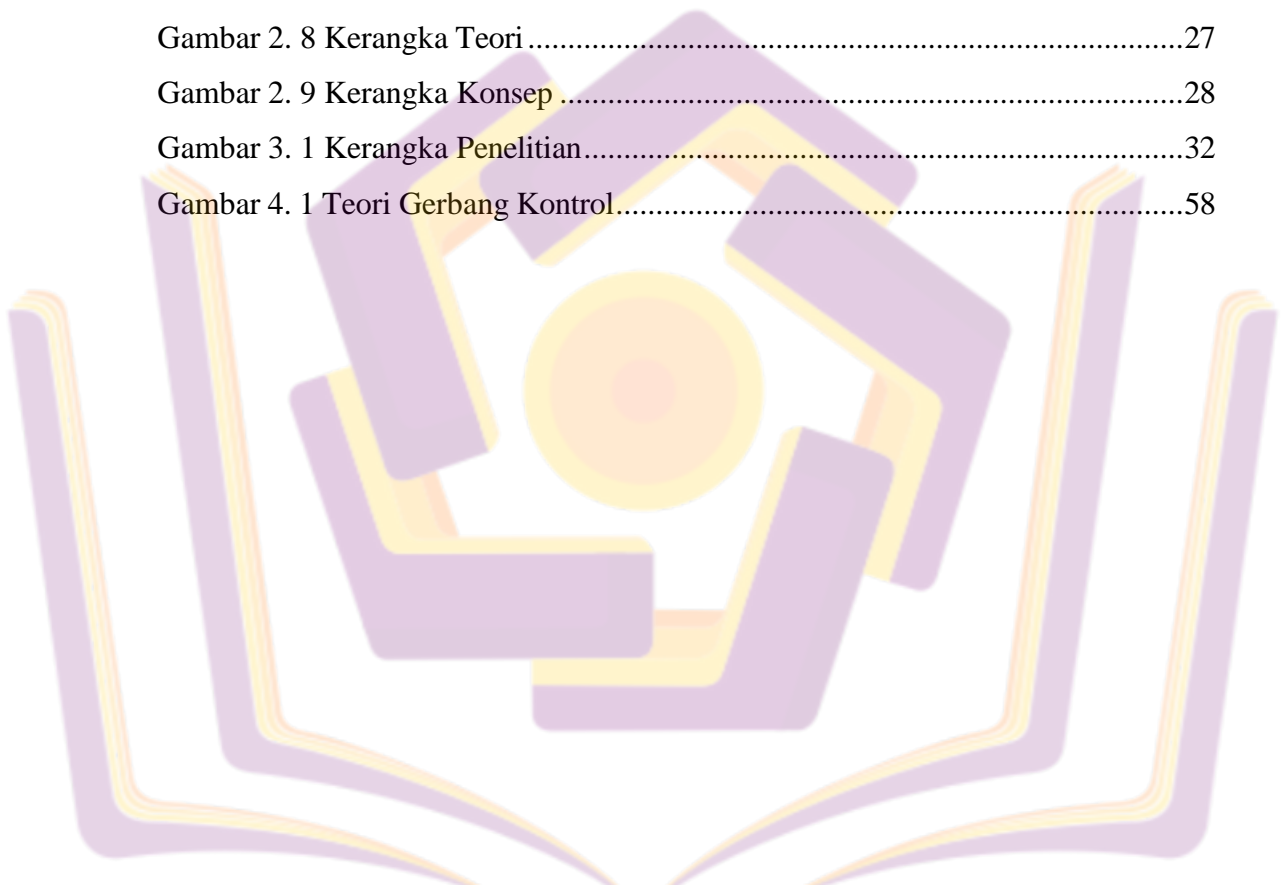
H. Hipotesis .....	28
I. Penelitian Sebelumnya.....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
A. Desain Penelitian .....	32
B. Kerangka Penelitian.....	32
C. Populasi dan Sampel.....	33
D. Variabel Penelitian .....	35
E. Definisi Operasional .....	36
F. Instrumen Penelitian .....	37
G. Prosedur penelitian .....	38
H. Waktu dan Tempat Penelitian .....	40
I. Teknik Analisa Data.....	40
J. Etika Penelitian.....	41
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
A. Deskripsi Penelitian .....	43
B. Hasil Analisa.....	44
C. Pembahasan .....	52
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>60</b>
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>66</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Keaslian Penelitian .....	29
Tabel 3. 1 Definisi Oprasional.....	36
Tabel 3. 1 Definisi Oprasional lanjutan.....	37
Tabel 4. 1 Deskriptif Karakteristik Responden .....	44
Tabel 4. 2 Responden Berdasarkan Usia .....	44
Tabel 4. 3 Responden berdasarkan tinggi badan .....	45
Tabel 4. 4 Responden Berdasarkan Berat Badan.....	46
Tabel 4. 5 Responden Berdasarkan IMT ( BMI ).....	47
Tabel 4. 6 Variabel Nyeri ( VAS ).....	48
Tabel 4. 7 Nilai <i>Descriptive</i> Variabel .....	48
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas .....	49
Tabel 4. 9 Hasil Uji Wilcoxon.....	50
Tabel 4. 10 Hasil Uji Mann – Whitney U.....	50
Tabel 4. 11 Hasil Uji Friedman .....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Diagram LBP.....	15
Gambar 2. 2 Anatomi Tulang Belakang .....	19
Gambar 2. 3 Otot-otot tulang belakang .....	20
Gambar 2. 4 TENS .....	22
Gambar 2. 5 <i>Myofascial Release</i> .....	25
Gambar 2. 6 Otot dengan <i>Trigger Point</i> .....	26
Gambar 2. 7 <i>Visual Analog Scale (VAS)</i> .....	27
Gambar 2. 8 Kerangka Teori.....	27
Gambar 2. 9 Kerangka Konsep .....	28
Gambar 3. 1 Kerangka Penelitian.....	32
Gambar 4. 1 Teori Gerbang Kontrol.....	58



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur *Myofascial Release*

Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur TENS

Lampiran 3 Dokumentasi Pribadi

Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 5 *Ethical Clearence*

Lampiran 6 Hasil Tabulasi Data SPSS

Lampiran 7 Kuisisioner Responden

Lampiran 8 Data Penelitian Responden

Lampiran 9 Kartu Bimbingan Dosen

Lampiran 10 CV Peneliti

