

## DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....i

ABSTRAK.....ii

LEMBAR PERSETUJUAN.....iii

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....iv

KATA PENGANTAR.....v

DAFTAR ISI.....vii

DAFTAR TABEL.....vii

DAFTAR GAMBAR.....viii

DAFTAR GRAFIK.....ix

DAFTAR LAMPIRAN.....x

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....1

B. Identifikasi Masalah.....6

C. Perumusan Masalah.....8

D. Tujuan Penelitian.....9

1. Tujuan Umum.....9

2. Tujuan Khusus.....9

E. Manfaat Penelitian.....9

1. Bagi Institusi Pendidikan Fisioterapi.....9

2. Bagi Institusi Pelayanan Fisioterapi.....9

3. Bagi Penulis.....10

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

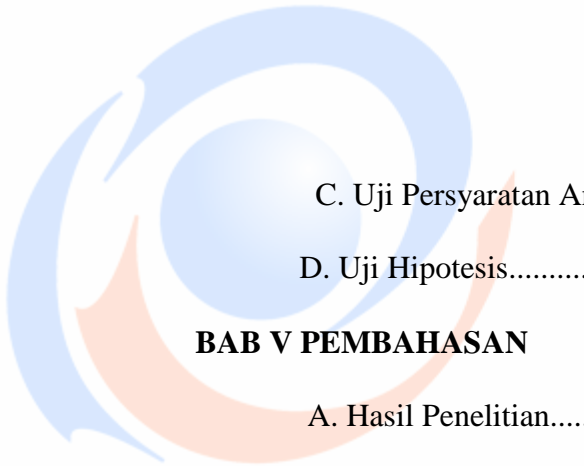
A. Deskripsi Teoritis.....	11
1. Stabilisasi Sendi Lutut.....	11
2. Anatomi Terapan Sendi Lutut.....	17
3. Prinsip-Prinsip Program Latihan Stabilisasi.....	27
4. Dasar Fisiologi Kontraksi.....	38
5. Kontraksi <i>Concentric</i> .....	39
6. Kontraksi <i>Eccentric</i> .....	40
7. Adaptasi Otot Terhadap Latihan.....	43
8. Mekanisme Peningkatan Stabilisasi Oleh Latihan.....	45
9. Prosedur Pelaksanaan Latihan.....	47
B. Kerangka Berpikir.....	51
C. Kerangka Konsep.....	53
D. Hipotesis.....	55

## **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	56
B. Metode Penelitian.....	56
C. Populasi dan Sampel.....	58
D. Instrumen Penelitian.....	59
E. Tehnik Analisa Data.....	66

## **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data Penelitian.....	69
B. Hasil Pengukuran Stabilisasi Lutut.....	75



C. Uji Persyaratan Analisa.....	78
D. Uji Hipotesis.....	80

**BAB V PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian.....	84
B. Keterbatasan.....	87

**BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	88
B. Saran.....	88

**DAFTAR PUSTAKA**

