

SUMMARY

EFEKTIVITAS PENAMBAHAN ANKLE STRATEGY EXERCISE PADA PENERAPAN CORE STABILITY EXERCISE TERHADAP PENINGKATAN KESEIMBANGAN STATIS PADA LANJUT USIA

Created by LINDAWATI

Subject : LATIHAN, KETAHANAN, LANSIA
Subject Alt : EXERCISE, STAND, LANSIA
Keyword : core stability exercise;ankle strategy exercise;keseimbangan statis lansia

Description :

Tujuan: Untuk mengetahui efektivitas penambahan ankle strategy exercise pada penerapan core stability exercise terhadap peningkatan keseimbangan statis pada lanjut usia. Metode : penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimental, dimana keseimbangan statis diukur menggunakan Functional Reach Test. Sampel berdasarkan rumus Pocock terdiri dari 20 orang. Sampel dipilih berdasarkan teknik purposive sampling. Sampel dibagi ke dalam 2 kelompok masing-masing 10 orang. Kelompok perlakuan I dengan latihan core stability exercise, kelompok perlakuan II dengan latihan penambahan ankle strategy exercise pada core stability exercise. Hasil: Uji normalitas dengan Shapiro wilk test didapatkan data berdistribusi normal sedangkan uji homogenitas dengan Levene's test didapatkan data bervariasi homogen. Hasil uji hipotesis pada kelompok perlakuan I dengan paired sample t-test didapatkan nilai $p < 0,001$ untuk core stability exercise. Pada kelompok perlakuan II dengan paired sampel t-test didapatkan nilai $p < 0,001$ untuk penambahan ankle strategy exercise pada penerapan core stability exercise. Hasil independent sample t-test menunjukkan nilai $p = 0,044$ yang artinya terdapat perbedaan efektivitas antara core stability exercise dengan ankle strategy exercise dan core stability exercise terhadap peningkatan keseimbangan statis pada lanjut usia. Kesimpulan: Terdapat perbedaan efektivitas core stability exercise dengan ankle strategy exercise dan core stability exercise terhadap peningkatan keseimbangan statis pada lanjut usia.

Date Create : 07/06/2018
Type : Text
Format : PDF
Language : Indonesian
Identifier : UEU-Undergraduate-201366067
Collection : 201366067
Source : Undergraduate Theses of Physiotherapy
Relation Collection Fakultas Fisioterapi
COverage : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul
Right : @perpustakaan Universitas Esa Unggul 2018

Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

Contact Person :

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid (astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id)

Supervisor