

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GRAFIK	x
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Perumusan Masalah	14
D. Tujuan Penelitian	14
E. Manfaat Penelitian	15
BAB II. KETERANGAN TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Deskripsi Teori	16
1. Stabilisasi dinamis	16

a.	Pengertian stabilisasi dinamis	16
b.	Faktor-faktor yang mempengaruhi stabilisasi dinamis	16
c.	Sistem muskuloskeletal, Sistem postural control dan biomekanik stabilisasi dinamis	31
d.	Mekanisme peningkatan stabilisasi dinamis dalam gerakan melompat	63
e.	Dynamic balance test	68
2.	<i>Trampoline exercise</i>	71
a.	Definisi	71
b.	Biomekanik latihan trampoline	71
c.	Prosedur latihan trampoline	73
d.	Mekanisme latihan trampoline pada stabilisasi dinamis	75
3.	Latihan jalan tandem	77
a.	Definisi	77
b.	Biomekanik latihan jalan tandem	77
c.	Prosedur latihan jalan tandem	78
d.	Mekanisme latihan jalan tandem pada stabilisasi dinamis	80
B.	Kerangka Konsep	84
C.	Hipotesis	85
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN		
A.	Tempat Dan Waktu Penelitian	87
B.	Metode Penelitian	87

C. Teknik Pengambilan Sampel	91
D. Instrumen Penelitian	92
E. Teknik Analisa Data	102
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi	105
B. Uji Persyaratan Analisis	114
BAB V PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	120
B. Keterbatasan Penelitian	126
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	127
B. Saran	127
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	