

DAFTAR ISI

COVER

PENGESAHAN

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GRAFIK	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Perumusan masalah	8
D. Tujuan Penulisan	8
E. Manfaat Penulisan	9

BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS

A. Deskripsi Teori	
1. Stabilisasi sendi ankle	10
2. Pengertian stabilitas dinamis	11
3. Komponen stabilitas dinamis ankle	12
a. Sistem Informasi Sensoris	12

b. Endurance	16
c. Requirment Motor Unit	16
d. Ligamen	17
e. Saraf	18
f. Fleksibilitas, Koordinasi dan Neuromuskuler	18
4. Anatomi pergelangan kaki dan kaki	
a. Osteologi	19
b. Otot	25
c. Tendon	33
d. Ligamen	35
e. Vaskularisasi jaringan	36
5. Biomekanik pada regio ankle dan kaki	37
6. Hubungan Fungsional ankle dan kaki	47
7. Mekanisme peningkatan stabilitas dinamis ankle	48
8. Latihan <i>Wobble board</i>	50
a. Pengertian	50
b. Prinsip Latihan	50
c. Biomekanik latihan pada <i>wobble board</i>	50
d. Mekanisme latihan <i>wobble board</i> terhadap	57
peningkatan stabilitas dinamis ankle	
9. Kinesio Taping	58
a. Pengertian <i>Kinesio taping</i>	58
b. Fungsi <i>Kinesio taping</i>	59
c. Indikasi penggunaan <i>Kinesio taping</i>	60

d. Kontraindikasi penggunaan <i>Kinesio taping</i>	61
e. Prosedur Pemasangan <i>Kinesio Taping</i>	61
f. Mekanisme Peningkatan Stabilitas Dinamis	62
<i>Ankle Pada Penerapan Kinesio Taping.</i>	
B. Kerangka Berpikir	64
C. Kerangka Konsep	69
D. Hipotesa	70
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	71
B. Metode Penelitian	71
C. Teknik Populasi dan Sample	73
D. Instrumen Penelitian	
1. Variabel Penelitian	74
2. Definisi Konseptual	75
3. Definisi Operasional	76
E. Definisi pengukuran stabilitas dengan menggunakan	78
<i>single leg six meter hop test</i>	
F. Prosedur pengukuran stabilitas dengan menggunakan	80
<i>single leg six meter hop test</i>	
G. Cara Pengumpula Data	81
H. Tehnik Analisa Data	81

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	86
1. Gambaran umum tentang sampel penelitian	86
2. Hasil pengukuran stabilitas	94
a) Nilai <i>single leg six meter hop test</i> kelompok kontrol..	94
b) Nilai <i>single leg six meter hop test</i> kelompok perlakuan	96
c) Selisih nilai <i>single leg six meter hop test</i> kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.	99
B. Uji Persyaratan Analisa	100
1. Uji Normalitas	100
2. Uji Homogenitas	101
C. Pengujian Hipotesis	
1. Uji Hipotesa 1	102
2. Uji Hipotesa 2	102
3. Uji Hipotesa 3	104

BAB V PEMBAHASAN

A. Hasil dari penelitian	106
B. Keterbatasan penelitian	111

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	113
B. Saran	113

DAFTAR PUSTAKA