

Kuesioner Penelitian

Kepada Yth, Bapak/Ibu/Saudara/I

Data Pribadi

Nama : L / P
Umur :
Pekerjaan :
Hobi :
Alamat :
No.Tlp :

1. Apakah anda saat ini sedang mengalami keluhan pada pergelangan kaki?

- a. Ya b. Tidak

2. Apakah anda sering berolahraga?

- a. Ya, kali seminggu b. Tidak

3. Jika “Ya”, Jenis olahraga apa yang anda lakukan?

- a. jogging b. Sepak bola
c. badminton d. Lain-lain.....

3. Apakah anda pernah menjalani program latihan beban atau stabilisasi pada ankle?

- a. Ya b. Tidak

4. Apakah anda sedang menjalani program latihan beban atau stabilisasi pada ankle?

- a. Ya b. Tidak

7. Apakah anda ketika berdiri satu kaki, cepat goyah atau gampang jatuh?

- a. Ya b. Tidak

8. Apakah sebelumnya anda pernah melakukan latihan dengan *wobble board*?

- a. Ya b. Tidak

9. Jika “Ya”, Berapa lama?

a. < 3 bulan

b. > 3 bulan

c. > 5 bulan

d. 1 tahun.

Dengan ini saya bersedia untuk menjadi sample dalam penelitian ini dengan melakukan program latihan peningkatan stabilitas dinamis sendi ankle selama 6 minggu berturut-turut.

Jakarta, Juni 2013

()