

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR SINGKATAN.....	ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	5

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori.....	6
1. <i>Obesitas</i>	6
a. Definisi <i>Obesitas</i>	6
b. Tipe-tipe <i>Obesitas</i>	7
c. Faktor penyebab <i>Obesitas</i>	9
d. Resiko <i>Obesitas</i>	14
e. Alat ukur <i>Obsitas</i>	15
2. Keseimbangan.....	17
a. Definisi keseimbangan	17
b. Fisiologi dan <i>Anatomi</i> keseimbangan	22
c. Komponen postur untuk control keseimbangan.....	33
d. Mekanisme keseimbangan	36
e. Faktor yang mempengaruhi keseimbangan.....	37

f. Hubungan <i>obesitas</i> terhadap keseimbangan	39
g. Alat ukur keseimbangan.....	40
3. Kecepatan Lari	42
a. Definisi	42
b. Kecepatan Lari	44
c. Analisis gerakan lari.....	45
d. Biomekanik lari.....	47
e. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecepatan lari	51
f. Macam-macam kecepatan	54
g. Lari pada anak sekolah.....	55
h. Hubungan <i>obesitas</i> terhadap kecepatan lari.....	56
i. Alat ukur kecepatan lari	57
B. Kerangka Berpikir.....	59
C. Kerangka Konsep.....	62
D. Hipotesis.....	62

BAB III METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	63
B. Metode Penelitian.....	63
C. Populasi dan Sampel	64
D. Instrument Penelitian	65
E. Teknik Analisis Data.....	67

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	70
1. Karakteristik responden berdasarkan usia.....	70
2. Karakteristik responden berdasarkan berat badan	71
3. Karakteristik responden berdasarkan tinggi badan	72
4. Karakteristik responden berdasarkan Indeks Masa Tubuh	73
5. Karakteristik responden berdasarkan nilai keseimbangan	74
6. Karakteristik responden berdasarkan nilai kecepatan lari.....	75
B. Uji Persyaratan Analisis	76

1. Uji normalitas data	76
2. Uji hipotesis.....	77
a. Hubungan antara keseimbangan dengan obesitas	77
b. Hubungan antara kecepatan lari terhadap obesitas.....	79

BAB V PEMBAHASAN

A. Pembahasan hasil penelitian.....	80
1. Hubungan antara keseimbangan dan obesitas.....	81
2. Hubungan antara kecepatan lari terhadap obesitas	83
B. Keterbatasan Penelitian	85

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	86
B. Saran.....	86

DAFTAR PUSTAKA	87
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. <i>Obesitas Apple-shaped dan Obesitas Pear-shaped</i>	8
Gambar 2.2. Proses Fisiologi Terjadinya Keseimbangan	25
Gambar 2.3. Sistem Visual.....	26
Gambar 2.4. <i>Sistem Vestibular</i>	29
Gambar 2.5 <i>ROM</i>	32
Gambar 2.6 <i>Center of Gravity</i>	37
Gambar 2.7 <i>Line of Gravity</i>	38
Gambar 2.8 <i>Base of support</i>	39
Gambar 2.9 <i>One leg standing test</i>	41
Gambar 3.1. <i>One leg standing 1</i>	66
Gambar 3.2. <i>One leg standing 2</i>	66
Gambar 4.1 Distribusi sampel berdasarkan Usia	71
Gambar 4.2 Distribusi sampel berdasarkan Berat Badan.....	72
Gambar 4.3 Tabel distribusi sampel berdasarkan Tinggi Badan	73
Gambar 4.4 Distribusi sampel berdasarkan Indeks Masa Tubuh	74
Gambar 4.5. Distribusi sampel berdasarkan keseimbangan	75
Gambar 4.6. Distribusi sampel berdasarkan nilai kecepatan lari	76

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Katagori Indeks Massa Tubuh (IMT)	16
Tabel 4.1. Tabel distribusi sampel berdasarkan Usia.....	70
Tabel 4.2. Tabel distribusi sampel berdasarkan Berat Badan	71
Tabel 4.3. Tabel distribusi sampel berdasarkan Tinggi Badan	72
Tabel 4.4. Tabel distribusi sampel berdasarkan IMT.....	73
Tabel 4.5. Tabel distribusi sampel berdasarkan keseimbangan	74
Tabel 4.6. Tabel distribusi sampel berdasarkan kecepatan lari	75



DAFTAR SKEMA

Skema 2.1. Kerangka berfikir	61
Skema 2.2. Kerangka konsep	62
Skema 3.1. Metode penelitian.....	63



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul

DAFTAR SINGKATAN

BOS	: <i>Base of Support</i>
COG	: <i>Center of Gravity</i>
GTO	: <i>Golgi Tendon Organ</i>
HL	: Hipotalamus lateral
HVM	: Hipotalamus Ventromedial
IMT	: Index Massa Tubuh
LOG	: <i>Line of Gravity</i>
LGS	: <i>Lingkup Gerak Sendi</i>
Lpe	: Lingkar Perut
Lpa	: Lingkar Panggul
M	: <i>Musculus</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>