

Lampiran 1

SURAT PERSETUJUAN KESEDIAAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Nama :
Jenis Kelamin :
Umur :
Pekerjaan :
Alamat :
No. Telp. :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelesan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian. Saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian dengan judul :

Perbedaan Pengaruh *Eccentric Quadriceps Exercise* Dan *Knee Extension Resistance Band Exercise* Pada *Bosu Ball Exercise* Terhadap Peningkatan Stabilisasi Dinamis Pada Kasus *Tendinitis Patellaris*

Demikian pernyataan ini saya setujui dengan penuh kesadaran dan sukarela untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta,2018
Yang membuat pernyataan

(.....)

5. Pada keadaan seperti apa nyeri timbul?
 - a. Saat beraktivitas/berolahraga
 - b. Saat setelah beraktivitas/berolahraga
 - c. Saat istirahat/duduk
6. Pada daerah lutut manakah nyeri yang anda rasakan?
 - a. Bawah tempurung lutut
 - b. Atas tempurung lutut
 - c. Dalam tempurung lutut
 - d. atas dan bawah tempurung lutut
7. Bagaimana sifat nyeri lutut yang dirasakan?
 - a. Pegal
 - b. Ngilu
 - c. Berdenyut
 - d. lain-lain, sebutkan...
8. Gerakankan apa saja yang dapat menimbulkan nyeri ?
 - a. Melompat
 - b. Meluruskan kaki
 - c. Berjalan
 - d. Berlari
 - e. Squat
 - f. Lunges
9. Tindakan apa yang anda lakukan untuk mengurangi nyeri?
 - a. Dibiarkan saja
 - b. Pijat
 - c. Suntik anti nyeri
 - d. Minum obat untuk mengurangi nyeri
 - e. Mengoleskan krem anti nyeri
 - f. Kompres es
10. Apakah anda memiliki riwayat penyakit lain ?
 - a. Ya, sebutkan.....
 - b. Tidak

3. Tabel pengukuran awal latihan (Pre-test) dan akhir latihan (Post test)

Single Leg 6 Meter Hop Test	
Pre-test	Post-test

Lampiran III

EVALUASI NILAI SINGLE LEG 6 METER HOP TEST

1. Eccentric quadriceps dan bosu ball exercise

No.	Nama	Minggu I sebelum diberikan Intervensi	Minggu IV Sesudah diberikan Intervensi
		Waktu yang di tempuh	
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

2. Knee extension resistance band dan bosu ball exercise

No.	Nama	Minggu I sebelum diberikan Intervensi	Minggu IV Sesudah diberikan Intervensi
		Waktu yang di tempuh	
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			



GADING MUDA

GADING MUDA BASKETBALL CLUB

Lapangan Bola Basket Perumahan Taman Permata Buana Puri Kembangan
Telp.: 0819323333 13; e-mail: gadingmuda_basketballclub@yahoo.co.id
Jakarta Barat 11610

SURAT KETERANGAN

No : 022/SKet/VIII/GMBC/2018

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Christian Andy Hermawan

Jabatan : Manager Team Gading Muda Basketball Club

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Agatha Dilla Maralisa

Nim : 201466072

Institusi : Universitas Esa Unggul

Fakultas : Fisioterapi

Judul Skripsi :

“Perbedaan Pengaruh *Eccentric Quadriceps Exercise* Dan *Knee Extension Resistance Band Exercise* Pada *Bosu Ball Exercise* Terhadap Peningkatan Stabilisasi Dinamis Pada Kasus Tendinitis Patellaris”

Adalah benar telah melakukan penelitian skripsi di Lapangan Bola Basket Perumahan Taman Permata Buana Puri Kembangan Jakarta Barat yang di mulai dari tanggal 11 Juli – 11 Agustus 2018.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana semestinya.

GADING MUDA

Jakarta, 01 Agustus 2018

Christian Andy Hermawan
Manager Team GMBC

UJI SPSS

1. Uji Normalitas

Explore

Notes

Output Created	07-AUG-2018 17:09:09	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	10
	File	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values for dependent variables are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any dependent variable or factor used.
Syntax	EXAMINE VARIABLES=SL6MHT_PRE1 SL6MHT_POST1 SL6MHT_SELISIH1 SL6MHT_PRE2 SL6MHT_POST2 SL6MHT_SELISIH2 /PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPLOT /COMPARE GROUPS /STATISTICS DESCRIPTIVES /INTERVAL 95 /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.	
Resources	Processor Time	00:00:03,44
	Elapsed Time	00:00:03,36

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
SL6MHT_PRE1	10	100,0%	0	0,0%	10	100,0%
SL6MHT_POST1	10	100,0%	0	0,0%	10	100,0%
SL6MHT_SELISIH1	10	100,0%	0	0,0%	10	100,0%

SL6MHT_PRE2	10	100,0%	0	0,0%	10	100,0%
SL6MHT_POST2	10	100,0%	0	0,0%	10	100,0%
SL6MHT_SELISIH2	10	100,0%	0	0,0%	10	100,0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
SL6MHT_PRE1	Mean	0:00:04,90	0:00:00,078	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	0:00:04,72	
		Upper Bound	0:00:05,08	
	5% Trimmed Mean	0:00:04,91		
	Median	0:00:04,95		
	Variance	,061		
	Std. Deviation	0:00:00,247		
	Minimum	0:00:04,37		
	Maximum	0:00:05,17		
	Range	0:00:00,80		
	Interquartile Range	0:00:00,39		
	Skewness	-1,090	,687	
	Kurtosis	1,127	1,334	
SL6MHT_POST1	Mean	0:00:03,24	0:00:00,058	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	0:00:03,11	
		Upper Bound	0:00:03,37	
	5% Trimmed Mean	0:00:03,25		
	Median	0:00:03,30		
	Variance	,034		
	Std. Deviation	0:00:00,184		
	Minimum	0:00:02,87		
	Maximum	0:00:03,42		
	Range	0:00:00,55		
	Interquartile Range	0:00:00,29		
	Skewness	-1,022	,687	
	Kurtosis	,151	1,334	
SL6MHT_SELISIH1	Mean	0:00:01,66	0:00:00,032	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	0:00:01,59	
		Upper Bound	0:00:01,73	
	5% Trimmed Mean	0:00:01,66		
	Median	0:00:01,69		
	Variance	,010		
	Std. Deviation	0:00:00,101		
	Minimum	0:00:01,50		

	Maximum	0:00:01,77	
	Range	0:00:00,27	
	Interquartile Range	0:00:00,19	
	Skewness	-,594	,687
	Kurtosis	-1,228	1,334
SL6MHT_PRE2	Mean	0:00:04,75	0:00:00,156
	95% Confidence Interval for Lower Bound	0:00:04,40	
	Mean Upper Bound	0:00:05,10	
	5% Trimmed Mean	0:00:04,73	
	Median	0:00:04,70	
	Variance	,243	
	Std. Deviation	0:00:00,493	
	Minimum	0:00:04,10	
	Maximum	0:00:05,70	
	Range	0:00:01,60	
	Interquartile Range	0:00:00,87	
	Skewness	,668	,687
	Kurtosis	-,069	1,334
SL6MHT_POST2	Mean	0:00:03,63	0:00:00,108
	95% Confidence Interval for Lower Bound	0:00:03,39	
	Mean Upper Bound	0:00:03,87	
	5% Trimmed Mean	0:00:03,61	
	Median	0:00:03,55	
	Variance	,117	
	Std. Deviation	0:00:00,342	
	Minimum	0:00:03,30	
	Maximum	0:00:04,35	
	Range	0:00:01,05	
	Interquartile Range	0:00:00,57	
	Skewness	1,120	,687
	Kurtosis	,751	1,334
SL6MHT_SELISIH2	Mean	0:00:01,12	0:00:00,068
	95% Confidence Interval for Lower Bound	0:00:00,96	
	Mean Upper Bound	0:00:01,27	
	5% Trimmed Mean	0:00:01,12	
	Median	0:00:01,17	
	Variance	,046	
	Std. Deviation	0:00:00,215	
	Minimum	0:00:00,78	
	Maximum	0:00:01,35	

Range	0:00:00,57	
Interquartile Range	0:00:00,40	
Skewness	-,634	,687
Kurtosis	-,858	1,334

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
SL6MHT_PRE1	,152	10	,200*	,914	10	,309
SL6MHT_POST1	,227	10	,154	,879	10	,128
SL6MHT_SELISIH1	,221	10	,181	,890	10	,168
SL6MHT_PRE2	,158	10	,200*	,951	10	,682
SL6MHT_POST2	,181	10	,200*	,884	10	,143
SL6MHT_SELISIH2	,159	10	,200*	,891	10	,172

2. Uji Homogenitas

Oneway

Notes

Output Created	07-AUG-2018 17:10:19	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	20
	File	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on cases with no missing data for any variable in the analysis.
Syntax	ONEWAY SL6MHT_PRE BY KELOMPOK_PERLAKUAN /STATISTICS HOMOGENEITY /MISSING ANALYSIS.	
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

Test of Homogeneity of Variances

SL6MHT_PRE

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3,458	1	18	,079

ANOVA

SL6MHT_PRE

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	,116	1	,116	,761	,395
Within Groups	2,734	18	,152		
Total	2,850	19			

3. Uji Hipotesis 1

T-Test

Notes

Output Created		07-AUG-2018 17:16:59
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet4
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	10
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax		T-TEST PAIRS=SL6MHT_PRE1 WITH SL6MHT_POST1 (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,00

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 SL6MHT_PRE1	0:00:04,90	10	0:00:00,247	0:00:00,078
SL6MHT_POST1	0:00:03,24	10	0:00:00,184	0:00:00,058

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 SL6MHT_PRE1 & SL6MHT_POST1	10	,932	,000

Paired Samples Test

	Paired Differences				95% Confidence Interval of the Difference			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower				
Pair 1 SL6MHT_PRE1 - SL6MHT_POST1	0:00:01,661	0:00:00,101	0:00:00,032	0:00:01,589				

Paired Samples Test

	Paired Differences	95% Confidence Interval of the Difference	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)					
							Pair 1 SL6MHT_PRE1 - SL6MHT_POST1	0:00:01,733	52,210	9	,000

4. Uji Hipotesis 2

T-Test

Notes

Output Created	07-AUG-2018 17:23:01	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet6
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	10
	File	

Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax		T-TEST PAIRS=SL6MHT_PRE2 WITH SL6MHTPOST2 (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 SL6MHT_PRE2	0:00:04,75	10	0:00:00,493	0:00:00,156
SL6MHTPOST2	0:00:03,63	10	0:00:00,342	0:00:00,108

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 SL6MHT_PRE2 & SL6MHTPOST2	10	,930	,000

Paired Samples Test

	Paired Differences							
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower				
Pair 1 SL6MHT_PRE2 - SL6MHTPOST2	0:00:01,118	0:00:00,215	0:00:00,068	0:00:00,964				

Paired Samples Test

		Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence Interval of the Difference			
		Upper			
Pair 1	SL6MHT_PRE2 - SL6MHTPOST2	0:00:01,272	16,445	9	,000

5. Uji Hipotesis 3

T-Test

Notes

Output Created		07-AUG-2018 17:28:55
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet7
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	20
	File	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax		T-TEST GROUPS=KELOMPOK_PERLAKUAN(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=SL6MHT_POST /CRITERIA=CI(.95).
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

Group Statistics

KELOMPOK_PERLAKUAN	N	Mean	Std. Deviation
SL6MHT_POS 1	10	0:00:03,24	0:00:00,184

T	2	10	0:00:03,63	0:00:00,342	
---	---	----	------------	-------------	--

Group Statistics

KELOMPOK_PERLAKUAN		Std. Error Mean
SL6MHT_POST	1	0:00:00,058
	2	0:00:00,108

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
		F	Sig.	t	df				
		SL6MHT_POST	Equal variances assumed	2,884	,107				
	Equal variances not assumed			-3,185	13,800				







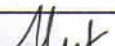





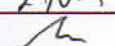

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means				
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference		
		SL6MHT_POST	Equal variances assumed	,005		
	Equal variances not assumed	,007	-0:00:00,39	0:00:00,123		

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
SL6MHT_POST	Equal variances assumed	-0:00:00,65	-0:00:00,13
	Equal variances not assumed	-0:00:00,65	-0:00:00,13

Nama : Agatha Dilla Marsalisa
 N.I.M : 201466072
 Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Eccentric Quadriceps Exercise dan Knee Extension Resistance Band Exercise pada Bosu Ball Exercise Terhadap peningkatan stabilisasi Dinamis pada Kasus Tendinitis Patellaris
 Pembimbing I : Syahmirza Indra Lesmana, S.KM, S.Pt, M.Or
 Pembimbing II : Muthiah Munawwarah, Sst.Ft. M.Fis





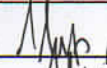
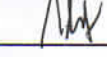
NO.	HARI / TGL	MATERI KONSULTASI	NAMA PEMBIMBING	PARAF
1.	Selasa, 31-10-2017	Konsul Judul Skripsi	S. Indra Lesmana	
2.	Rabu, 30-01-2018	Konsul Bab I.	S. Indra Lesmana	
3.	Senin, 19-02-2018	Konsul Revisi Bab I	S. Indra Lesmana	
4.	Selasa, 27-02-2018	Konsul Kerangka Berfikir dan Bab I	S. Indra Lesmana	
5.	Selasa, 27-02-2018	Konsul Bab I	Muthiah Munawwarah	
6.	Kamis, 1-03-2018	Konsul Bab II	S. Indra Lesmana	
7.	Jumat, 23-03-2018	Konsul Bab I dan kerangka Berfikir	Muthiah Munawwarah	
8.	Senin, 16-04-2018	Konsul Revisi Bab II	S. Indra Lesmana	
9.	Rabu, 25-04-2018	Konsul Bab II	Muthiah Munawwarah	
10.	Rabu, 25-04-2018	Konsul Bab III	S. Indra Lesmana	
11.	Senin, 30-04-2018	Konsul Bab II dan Bab III	Muthiah Munawwarah	
12.	Selasa, 8-05-2018	Konsul Bab III revisi	S. Indra Lesmana	
13.	Jumat, 11-05-2018	Konsul Bab III	Muthiah Munawwarah	
14.	Kamis, 17-05-2018	Konsul Bab III dan Persetujuan proposal	S. Indra Lesmana	

Catatan :

1. Bimbingan skripsi minimal 8 (delapan) kali. Formulir dapat difotokopi sesuai kebutuhan
2. Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian siding

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS FISIOTERAPI
BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Agatha Dilla Maralisa .
 N.I.M : 2014 66 072 .
 Judul Skripsi : Pembedaan Pengaruh Eccentric Quadriceps Exercise dan Knee Extension Resistance Band Exercise pada Bosu Ball Exercise Terhadap Peningkatan Stabilitas Dinamis pada Kover Tendinitis Patellaris .
 Pembimbing I : Syahmurza Indra Lesmana, STKM, S.Ft, M. Or .
 Pembimbing II : Muthiah Munawwarah, Srt.Ft, M. Fis .

NO.	HARI / TGL	MATERI KONSULTASI	NAMA PEMBIMBING	PARAF
15.	Jumat, 8-06-2018	Revisi Proposal	Muthiah Munawwarah	
16.	Jumat, 6-07-2018	Revisi Proposal	S. Indra Lesmana	
17.	Rabu, 8-08-2018	Konsul Bab IV	S. Indra Lesmana	
18.	Jumat, 10-08-2018	Konsul Bab IV, V, VI	S. Indra Lesmana	
19.	Rabu, 8-08-2018	Konsul Bab IV	Muthiah Munawwarah	
20.	Jumat, 10-08-2018	Konsul Bab IV, V, VI	Muthiah Munawwarah	

Catatan :

1. Bimbingan skripsi minimal 8 (delapan) kali. Formulir dapat difotokopi sesuai kebutuhan
2. Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian siding

Lampiran IX





Univers
Esa

Univers
Esa



Univers
Esa

Univers
Esa



DAFTAR RIWAYAT PENULIS



1. Data Pribadi

Nama : Agatha Dilla Maralisa
Tempat, tanggal lahir : Bandar Lampung, 25 Februari 1996
Alamat : Jalan tanjung Duren Utara 8, gang 6, No. 814
Kelurahan Tanjung Duren, Kecamatan Grogol
Petamburan, Jakarta Barat .11470
No. Hp : 082176832511
E-mail : dillaagatha7@gmail.com
Agama : Katolik

2. Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Nama Sekolah	Kota/kab	Tahun
TK	TK Kasih Ibu	Karya Basuki, Lamoung Timur	2001 – 2002
SD	SDN Tanjung Wangi	Wawaykarya, Lampung Timur	2002 – 2008
SMP	SMP Xaverius	Metro	2008 – 2011
SMA	SMA Fransiskus	Bandar Lamoung	2011 – 2014
S1	Universitas Esa Unggul	Jakarta	2014 - sekarang



SURAT PERNYATAAN BUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Agatha Dilla Maralisa

NIM : 201466072

Program Studi : S1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi Universitas esa unggul

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penelitian dan penulisan skripsi yang berjudul:

“PERBEDAAN PENGARUH *ECCENTRIC QUADRICEPS EXERCISE* DAN *KNEE EXTENSION RESISTANCE BAND EXERCISE* PADA *BOSU BALL EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN STABILISASI DINAMIS PADA KASUS TENDINITIS PATELARIS”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan kegiatan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 3 Oktober 2018

Saksi,

Fakultas Fisioterapi

Syahmirza Indra Lesmana, SKM, S.Ft, M.OR

Dekan

Yang Membuat Pernyataan,



Agatha Dilla Maralisa

NIM. 201466072