

LAMPIRAN 1

HASIL DATA SPSS

Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
sebelum1	.158	15	.200 [*]	.927	15	.247
sesudah1	.132	15	.200 [*]	.902	15	.102
selisih1	.197	15	.123	.920	15	.191
sebelum2	.197	15	.123	.889	15	.065
sesudah2	.131	15	.200 [*]	.952	15	.551
selisih2	.186	15	.170	.892	15	.072

Uji Homogenitas

		Levene's Test for Equality of Variances	
		F	Sig.
sebelum1	Equal variances assumed	.506	.483
	Equal variances not assumed		

Uji Hipotesis I

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 sebelum1 - sesudah1	-1.20403E1	6.86210	1.25284	-14.60268	-9.47798	-9.610	29	.002

Uji Hipotesis II

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 sebelum2 - sesudah2	-1.82173E1	3.72319	.96132	-20.27917	-16.15550	-18.950	14	.001

Uji Hipotesis III

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
selisi h1	11.013	.374	-12.045	28	.003	-12.35400	1.02563	-14.45492	-10.25308
			-12.045	17.799	.003	-12.35400	1.02563	-14.51052	-10.19748

LAMPIRAN 2

DOKUMENTASI PENELITIAN

CORE STABILITY EXERCISE



GLUTEUS MEDIUS EXERCISE



STAR EXCURSION BALANCE TEST



LAMPIRAN 3

SURAT PERESETUJUAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Alamat :

No. Telp :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini. Oleh karena itu saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sebanyak 3 kali selama 6 minggu. Sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian yang berjudul :

“PENAMBAHAN *GLUTEUS MEDIUS EXERCISE* PADA *CORE STABILITY EXERCISE* PADA PEMAIN BULUTANGKIS PASCA *SPRAIN ANKLE KRONIS* TERHADAP PENINGKATAN KESEIMBANGAN DINAMIS”

Demikian surat pernyataan ini saya setujui untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, Juli 2017

Peneliti

Yang Memberi Pernyataan

Kurnia Adi Wibowo

(.....)

LAMPIRAN 4

QUISSIONER

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Klub :

DAFTAR PERTANYAAN

1. Apakah anda pernah mengalami cedera ankle?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Sejak kapan anda mengalami cedera ankle?
.....
3. Berapa kali anda mengalami cedera ankle?
 - a. 1 kali
 - b. 2 kali
 - c. kali
4. Berapa kali latihan yang dilakukan dalam 1 minggu?
 - a. 4 kali
 - b. 5 kali
 - c. ... kali
5. Apakah anda pernah mengikuti pertandingan?
 - a. Ya
 - b. Tidak

LAMPIRAN 5

Tabel Pemeriksaan

	Nama :		
No	Aspek Pemeriksaan	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
1.	Nyeri Gerak (VDS)		
2.	Stabilitas Ligament (ADT)		
3.	Luas Gerak Sendi (Goniometer)		
4.	Keterbatasan Aktivitas Olahraga (Indeks)		

LAMPIRAN 6

Tabel Star Excursion Balance Test (SEBT)

Arah	Sebelum	Sesudah
Anterior		
Posterior		
Medial		
Lateral		
Anterolateral		
Anteromedial		
Posterolateral		
Posteromedial		