

DAFTAR ISI

hlm.

HALAMAN JUDUL

ABSTRAK

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

KATA PENGANTAR i

DAFTAR ISI iii

DAFTAR GAMBAR vi

DAFTAR SKEMA vii

DAFTAR TABEL viii

DAFTAR GRAAFIK ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 5

C. Rumusan Masalah 6

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum 6

2. Tujuan Khusus 6

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti dan Fisioterapis 7

2. Bagi Institusi Pendidikan 7

3. Bagi Institusi lain 7

BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS

A. Kerangka Teori	8
1. <i>Patellofemoral Pain Syndrome</i>	
a. Definisi	8
b. Faktor penyebab Patellofemoral Pain Syndrome	10
c. Anatomi sendi lutut	11
d. Patofisiologi	23
2. Mekanisme penurunan fungsional Patellofemoral Pain Syndrome ...	26
3. Clam exercise	
a. Definisi	28
b. Mekanisme terhadap peningkatan fungsional lutut	28
c. Prosedur clam exercise	30
4. Static quadriceps stretching	
a. Definisi	31
b. Mekanisme terhadap peningkatan fungsional lutut.....	31
c. Prosedur clam exercise	34
5. Wall squat exercise	
a. Definisi	35
b. Mekanisme terhadap peningkatan fungsional lutut.....	35
c. Prosedur wall squat exercise	37
6. Instrumen Pengukuran	38
B. Kerangka Berpikir	39
C. Kerangka Konsep	43
D. Hipotesis	44

BAB III METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	45
B. Metode Penelitian	45

C. Populasi dan Sampel	47
D. Instrumen Penelitian	51
E. Tehnik Analisa Data	58

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	62
B. Uji Normalitas Analisis.....	68
C. Pengujian Hipotesis	69

BAB V PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	73
B. Keterbatasan Penelitian	78

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	80
B. Saran	80

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Struktur tulang.....	14
Gambar 2.2 <i>Knee Anatomy</i>	15
Gambar 2.3 Otot Fleksor dan Ekstensor	17
Gambar 2.4 Clam Exercise	30
Gambar 2.5 Static Quadriceps Stretching.....	34
Gambar 2.6 Wall Squat Exercise	37

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Skema kerangka berpikir.....	42
Skema 2.2 Skema kerangka konsep.....	44
Skema 3.1 Kelompok perlakuan I.....	46
Skema 3.2 Kelompok perlakuan II.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Beban Aktivitas Lutut	19
Tabel 3.2 Prosedur Asesmen Fisioterapi untuk Pemilihan Sampel Penelitian	49
Tabel 4.1 Karakteristik Sampel Berdasarkan Usia	63
Tabel 4.2 Distribusi Sampel Berdasarkan IMT.....	64
Tabel 4.3 Tabel Hasil Penelitian pada Kelompok Perlakuan I dan II	65
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Data	68
Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas	69
Tabel 4.6 Hasil Uji Hipotesis I	70
Tabel 4.7 Hasil Uji Hipotesis II	71
Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis III	72

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Karakteristik Sampel Berdasarkan Usia	63
Grafik 4.2 Distribusi Sampel Berdasarkan IMT	64
Grafik 4.3 Nilai peningkatan fungsional lutut.....	67