

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	hlm
LEMBAR PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR GRAFIK	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 LatarBelakang	1
1.2 IdentifikasiMasalah	5
1.3 RumusanMasalah	6
1.4 TujuanPenelitian	7
1.5 ManfaatPenelitian	7
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	8
2.1 <i>Tendinitis Patellaris</i>	8
a. Definisi	8
b. Etiologi	9
c. Patomekanik	10
d. Mekanisme Cedera Tendon pada Basket	15
2.2 <i>Vertical Jump</i>	17
a. Definisi <i>Vertical Jump</i>	17
b. Biomekanik <i>Vertical Jump</i>	20
c. Mekanisme Penurunan <i>Vertical Jump</i>	22
2.3 <i>Visa P Score</i>	24
2.4 <i>Sargent jump Test</i>	24
2.5 <i>Slant board exercise</i>	26
a. Definisi	26
b. Prinsip Latihan	27
c. Tujuan Latihan	28
d. Mekanisme Peningkatan <i>Vertical Jump</i>	29
2.6 <i>Static Leg Ekstension</i>	31
a. Definisi	31
b. Prinsip Latihan	31
c. Tujuan Latihan	32
d. Mekanisme Peningkatan <i>Vertical Jump</i>	33
2.7 <i>Straight Leg Rise</i>	34

a. Definisi	34
b. Prinsip Latihan	35
c. Tujuan Latihan	35
d. Mekanisme Peningkatan <i>Vertical Jump</i>	36
2.8 Kerangka Berfikir	37
2.9 Kerangka Konsep	38
2.10 Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Waktu dan Tempat Penelitian	39
B. Desain Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel	41
D. Teknik Pengambilan Sampel	42
E. Teknik dan Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN	52
A. Gambaran Umum Sampel	52
B. Uji Persyaratan Analisis	59
C. Uji Hipotesis	60
BAB V PEMBAHASAN	63
A. Hasil Penelitian	63
B. Keterbatasan Penelitian	69
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	