

DAFTAR TABEL

2.1 Prinsip kerja otot.....	25
2.2 Prosedur pemeriksaan fisioterapi.....	63
4.1 Distribusi sampel menurut jenis kelamin.....	75
4.2 Distribusi sampel menurut usia.....	76
4.3 Distribusi sampel menurut pekerjaan.....	78
4.4 Data sampel HNP Lumbal Kelompok Perlakuan I.....	80
4.5. Data Sampel HNP Kelompok Perlakuan II.....	81
4.6 Nilai pemeriksaan penurunan disabilitas sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan I.....	82
4.7 Nilai pemeriksaan penurunan disabilitas sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan II.....	84
4.8 Nilai pemeriksaan Sebelum Intervensi pada Kelompok Perlakuan I dan Kelompok Perlakuan I.....	86
4.9 Nilai pemeriksaan sebelum dan sesudah intervensi pada Kelompok Perlakuan II	87
5.0 Uji Normalitas.....	89
5.1 Uji homogenitas.....	90

DAFTAR GRAFIK

4.1 Distribusi sampel menurut Jenis kelamin.....	76
4.2 Distribusi sampel menurut usia	77
4.3 Distribusi sampel menurut jenis pekerjaan	78
4.4 Grafik nilai pemeriksaan penurunan disabilitas fungsional pada kelompok perlakuan I	83
4.5 Grafik nilai pemeriksaan penurunan disabilitas fungsional pada kelompok perlakuan II	85

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 1 herniated discus	12
2. Gambar 2 Tulang vertebra	14
3. Gambar 3 Anatomi normal lumbar discus	16
4. Gambar 4 Ligamen yang memperkuat columna vertebra	19
5. Gambar 5 Otot iliocostalis lumborum	22
6. Gambar 6 Otot Quadratus lumborum	23
7. Gambar SWD.....	32
8. Gambar Traksi Lumbal.....	41
9. Mc. Kenzie Exercise gerakan 1.....	48
10. Mc. Kenzie Exercise gerakan 2.....	49
11. Mc. Kenzie Exercise gerakan 3	50
12. Mc. Kenzie Exercise gerakan 4.....	51