

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	hlm.
LEMBAR PENGESAHAN PROPOSAL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Perumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
E. Manfaat Penelitian	7
1. Bagi Peneliti	7
2. Bagi Ilmu Fisioterapi	7
3. Bagi Masyarakat	7
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Deskripsi Teori	8
1. Penurunan Disabilitas Leher pada Forward Head Posture	8
a. Definisi Penurunan Disabilitas Forward Head Posture	8
b. Mekanisme Penurunan Disabilitas Leher Forward Head Posture	8
a. Body Function & Structure Impairment	9
b. Activities Limitation	10

c.	Participation of Restriction	10
2.	Anatomi dan Biomekanik Cervical Spine	10
a)	Jaringan Ikat Khusus	11
a.	Intervetebral Disc	12
b.	Joint Capsule	13
c.	Articular Cartilage	14
b)	Jaringan Non-Contractile	15
a.	Fascia	16
b.	Ligaments	16
c)	Jaringan Otot-otot Leher	17
d)	Sistem Neuromuscular	20
e)	Sistem Vascularisasi	21
3.	Patofisiologi Forward Head Posture	22
	Gejala	22
	Penyebab	23
4.	Strengthening Exercise	23
a.	Definisi	23
b.	Prinsip	24
c.	Mekanisme Penurunan Disabilitas dengan Strengthening	25
d.	Prosedur Penerapan	25
5.	Contract Relax Stretching	27
a.	Definisi	27
b.	Klasifikasi dan Metode	27
c.	Efek Neurofisiologi	27
d.	Efek Mekanik	28
e.	Efek Terapi	28
f.	Indikasi	29
g.	Kontraindikasi	30

h. Respon Otot	30
i. Prinsip Stretching	31
j. Teknik Stretching	32
k. Dosis Contract Relax	35
l. Mekanisme Penurunan Disabilitas dengan contract relax stretching	35
m. Prosedur Penerapan	37
6. Kinesiotaping	38
a. Dampak Fisiologi	38
b. Mekanisme Penurunan Disabilitas dengan Kinesiotaping	40
c. Prosedur Penerapan	40
B. Kerangka Berpikir	42
C. Kerangka Konsep	47
D. Hipotesis	48
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	49
B. Metode Penelitian	50
1. Kelompok I	50
2. Kelompok II	50
C. Teknik Populasi dan Sampel	51
D. Instrumen Penelitian	54
E. Teknik Analisa Data	59
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	62
B. Uji Persyaratan Analisis	64
1. Uji Normalitas	64
2. Uji Homogenitas	65

BAB V PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	68
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	72
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	xii

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1 Discus Intervetebralis	13
Gambar 2.2 Facet Joint	14
Gambar 2.3 Ligament Cervical	17
Gambar 2.4 Otot-otot Spine	20
Gambar 2.5 Strengthening Exercise	26
Gambar 2.6 contract relax stretching	37
Gambar 2.7 kinesiotalaping forward head posture	41

DAFTAR SKEMA

	Hal
Skema 2.1 Kerangka Berpikir	46
Skema 2.2 Kerangka Konsep	47
Skema 3.1 Kelompok I	50
Skema 3.2 Kelompok II	51

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 3.1 Assesment	52
Tabel 4.1 Nilai Hasil Pengukuran Disabilitas	63
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas NPDIQ	64
Tabel 4.3 Nilai Uji Homogenitas NPDIQ	65
Tabel 4.4 Nilai Uji Hipotesis I NPDIQ	65
Tabel 4.5 Nilai Uji Hipotesis II NPDIQ	66
Tabel 4.6 Nilai Uji Hipotesis III NPDIQ	67