

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR SKEMA .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS.....</b>	<b>8</b>
A. Deskripsi Teori .....	8
1. Biomekanik Tendangan dalam Futsal .....	8
2. <i>Sprain</i> Pergelangan Kaki Kronik.....	12
3. Stabilisasi Pergelangan Kaki .....	18
4. Akurasi Tendangan .....	20
5. <i>Ankle Theraband Exercise</i> .....	21
6. Pengukuran Stabilisas <i>Sprain</i> Pergelangan Kaki Kronik .....	23
7. Pengukuran Nyeri <i>Sprain</i> Pergelangan Kaki Kronik.....	23
8. Pengukuran Akurasi Tendangan <i>Sprain</i> Pergelangan Kaki Kronik .....	24
B. Kerangka Berpikir .....	25
C. Kerangka Konsep.....	28
D. Hipotesis .....	28
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
1. Tempat Penelitian .....	29
2. Waktu Penelitian.....	29
B. Metode Penelitian .....	29
1. Pendekatan Penelitian .....	29
2. Jenis Penelitian .....	29
3. Desain Penelitian .....	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	30
1. Populasi Penelitan.....	20
2. Sampel Penelitian .....	30

3. Kriteria Sampel Penelitian .....	30
D. Instrumen Penelitian .....	31
1. Variabel Penelitian.....	31
2. Definisi Konseptual .....	31
3. Definisi Operasional .....	32
E. Teknik Analisa Data .....	35
1. Uji Normalitas .....	35
2. Uji Hipotesis .....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
1. Gambaran Umum Sampel Penelitian.....	38
2. Hasil Pengukuran Variabel Penelitian .....	40
B. Uji Prasyarat Data.....	40
C. Pengujian Hipotesa .....	41
1. Uji Hipotesis I, II dan III .....	41
2. Uji Hipotesis IV dan V .....	42
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
A. Pembahasan Hasil Penelitian.....	43
1. Perbedaan <i>Pre</i> dan <i>Post Test</i> Stabilisasi <i>Ankle</i> .....	43
2. Perbedaan <i>Pre</i> dan <i>Post Test</i> Nyeri <i>Sprain</i> Pergelangan Kaki Kronik .....	43
3. Perbedaan <i>Pre</i> dan <i>Post Test</i> Akurasi Tendangan.....	44
4. Hubungan antara Stabilisasi <i>Ankle</i> dan Akurasi Tendangan .....	44
5. Hubungan antara Nyeri <i>Sprain</i> Pergelangan Kaki Kronik dan Akurasi Tendangan.....	44
B. Variabel-variabel Pengganggu .....	45
C. Keterbatasan Selama Penelitian.....	45
<b>BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>46</b>
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran .....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.1</b> Nilai normatif <i>Single Leg Balance Test (sec)</i> .....	23
<b>Tabel 2.2</b> Interpretasi Skala VAS .....	24
<b>Tabel 2.3</b> AHHPERD Football Test: <i>Forward Pass for Accuracy</i> .....	25
<b>Tabel 3.1</b> Panduan Interpretasi Uji Hipotesis Korelatif Hipotesis IV dan V .....	37
<b>Tabel 4.1</b> Karakteristik Sampel Penelitian .....	38
<b>Table 4.2</b> Hasil Pengukuran Variabel Penelitian.....	40
<b>Tabel 4.3</b> Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk Test</i> .....	40
<b>Tabel 4.4</b> Hasil Uji Hipotesis I dengan <i>Wilcoxon Match Pairs</i> .....	41
<b>Table 4.5</b> Hasil Uji Hipotesis II dengan <i>Wilcoxon Match Pairs</i> .....	41
<b>Tabel 4.6</b> Hasil Uji Hipotesis II dengan <i>Wilcoxon Match Pairs</i> .....	41
<b>Tabel 4.7</b> Hasil Uji Hipotesis IV dengan <i>Spearman Rank Test</i> .....	42
<b>Table 4.8</b> Hasil Uji Hipotesis V dengan <i>Spearman Rank Test</i> .....	42

## DAFTAR SINGKATAN

ATFL	: <i>Anterior Tibiofibular Ligament</i>
AP	: <i>Anteroposterior</i>
ACL	: <i>Anterior Cruciate Ligament</i>
CAIT	: <i>Cumberland Ankle Instability Tool</i>
CFL	: <i>Calcaneofibular ligament</i>
FIFA	: <i>Federation of International Football Association</i>
IFSPT	: <i>International Federation of Sport Physical Therapy</i>
LCL	: <i>Lateral Collateral Ligament</i>
MCL	: <i>Medial Collateral Ligament</i>
MLPP	: <i>Maximum Loose Packed Position</i>
PTFL	: <i>Posterior Tibiofibular Ligament</i>
PITFL	: <i>Posterior Inferior Tibiofibular Ligament</i>
ROM	: <i>Range of Motion</i>
SPSS	: <i>Stastical Product and Service Solution</i>
VAS	: <i>Visual Analog Scale</i>
UEU	: <i>Universitas Esa Unggul</i>
UKM	: <i>Unit Kegiatan Mahasiswa</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WCPT	: <i>Word Confederation for Physical Therapy</i>



Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa Unggul**