

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR GRAFIK.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	2
C. Perumusan Masalah.....	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	5
A. Deskripsi Teori	5
1. Anatomi Sendi Panggul.....	5
2. Biomekanik Sendi Panggul.....	9
3. Pengukuran Luas Gerak Sendi Panggul	14
4. Gerakan Tinggi Lompatan.....	17
5. Pengukuran Tinggi Lompatan	20
B. Kerangka Berfikir.....	21
C. Kerangka Konsep	24
D. Hipotesis	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	25
A. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	25
1. Tempat Penelitian	25
2. Waktu Penelitian.....	25
B. Metode Penelitian.....	25
C. Populasi Dan Sampel.....	25
1. Kriteria Sampel	25
D. Instrumen Penelitian.....	26
1. Variabel Penelitian	26
2. Definisi Konseptual.....	26
3. Definisi Operasional.....	26

E. Teknik Analisis Data	28
1. Uji Normalitas.....	28
2. Uji Hipotesis	28
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	30
1. Karakteristik Sampel Berdasarkan Usia.....	30
2. Karakteristik Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	31
3. Distribusi Sampel Berdasarkan Lingkup Gerak Sendi Hip Terhadap Tinggi Lompatan.....	31
4. Uji Persyaratan Analisis.....	33
BAB V PEMBAHASAN	35
A. Pembahasan Hasil Penelitian.....	35
B. Keterbatasan Penelitian	35
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	36
A. Kesimpulan.....	36
B. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Vertical jump test	21
Tabel 3.1 interpretasi koefisien korelasi	29
Tabel 4.1 tabel karakteristik sampel berdasarkan usia	30
Tabel 4.2 tabel distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin	31
Tabel 4.3 tabel sampel lingkup gerak sendi hip fleksi ekstensi dan tinggi lompatan.....	32
Tabel 4.4 tabel Uji Normalitas Data	33
Tabel 4.5 tabel Hasil Uji Hipotesis <i>Pearson</i> LGS Hip Fleksi terhadap Tinggi Lompatan	34
Tabel 4.5 tabel Hasil Uji Hipotesis <i>Pearson</i> LGS Hip Ekstensi terhadap Tinggi Lompatan	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sendi Panggul Bagian Median	5
Gambar 2.2 Labrum Acetabulare	7
Gambar 2.3 Gambaran Mekanik Sendi Panggul Kanan	9
Gambar 2.4 Rata-rata ROM Maksimal Fleksi dan Ekstensi Femur	10
Gambar 2.5 Rata-rata ROM Maksimal Abduksi dan Adduksi	11
Gambar 2.6 Rata-rata ROM Maksimal Rotasi Internal dan Eksternal Femur	12
Gambar 2.7 Rata-rata ROM Maksimal Anterior dan Posterior.....	13
Gambar 2.8 Rata-rata ROM Maksimal Abduksi dan Adduksi Panggul	14
Gambar 2.9 Fleksi Hip	15
Gambar 2.10 Goniometer Disejajarkan Pada Posisi supinasi	15
Gambar 2.11 Pada akhir gerakan Fleksi Hip.....	16
Gambar 2.12 Ekstensi Hip	16
Gambar 2.13 Goniometer disejajarkan pada posisi terlentang.....	17
Gambar 2.14 Pada akhir dari ROM ekstensi hip	17
Gambar 2.15 Fase-fase Lompatan	19
Gambar 2.16 Vertical Jump Test	21



SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Nama :
Jenis Kelamin :
Tempat, tanggal lahir :
Usia :
Pekerjaan/ divisi :
No Telp :
Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian. Saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian dengan judul:

**“HUBUNGAN LUAS GERAK SENDI PANGGUL BIDANG
SAGITAL TERHADAP TINGGI LOMPATAN PADA PEMAIN
BOLA VOLI TINGKAT MAHASISWA”**

Demikian pernyataan ini saya setujui dengan penuh kesadaran dan sukarela untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, Agustus 2019

Peneliti

Sampel Penelitian

(.....)

(.....)

Lampiran 2. Table Pengukuran Sample Penelitian

NO	ROM Hip Bidang Sagital		Vertical Jump
	Fleksi	Ekstensi	
1	120	20	58
2	115	15	48
3	110	12	45
4	115	16	49
5	115	14	47
6	110	14	43
7	110	13	45
8	105	12	30
9	122	25	58
10	125	15	57
11	124	12	50
12	105	14	35
13	105	13	36
14	110	12	43
15	115	15	48
16	110	12	45
17	110	13	30
18	122	15	56
19	115	14	49
20	110	16	44
21	115	16	46
22	105	17	48
23	110	12	42
24	110	14	43
25	110	12	41

Lampiran 3. Data SPSS

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
fleksi	113.32	5.713	25
ekstensi	14.56	2.902	25
vj	45.44	7.517	25

Tests of Normality

Shapiro-Wilk

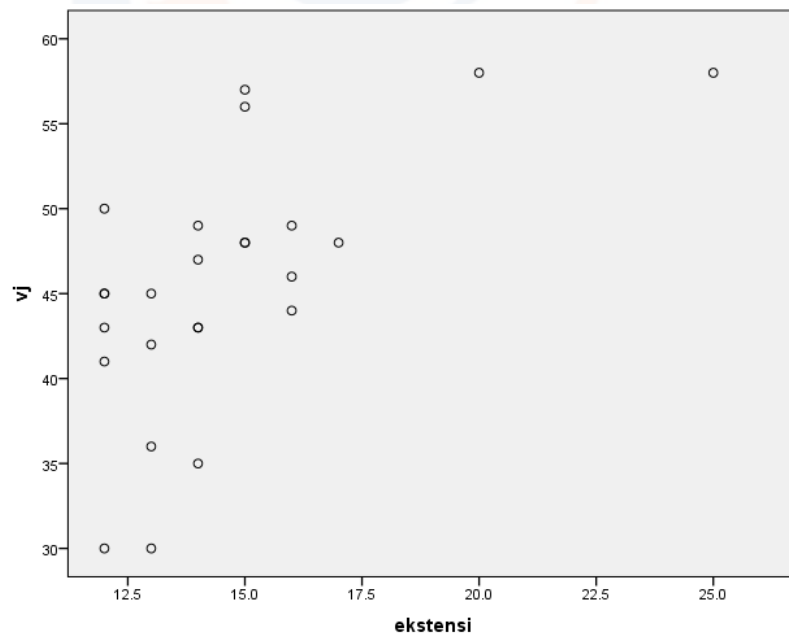
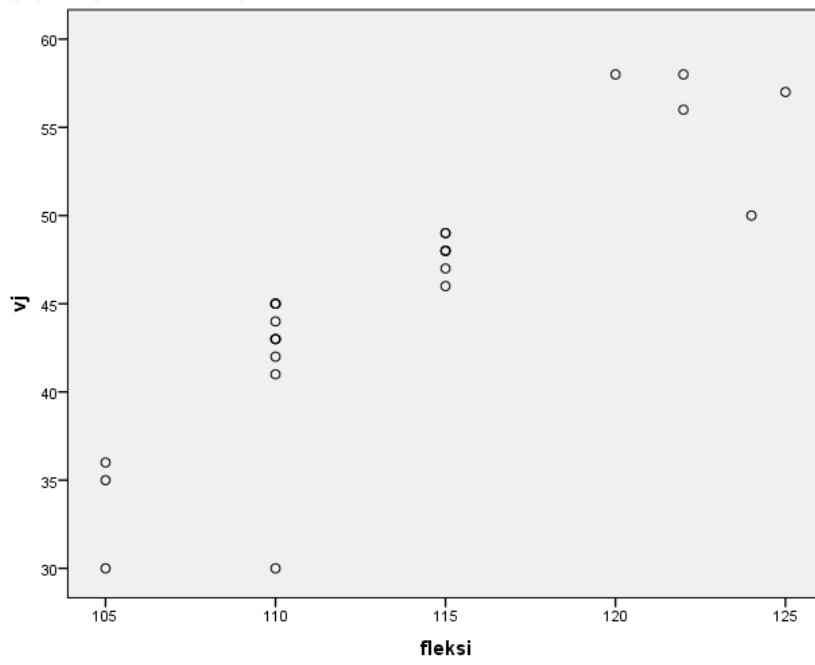
	Statistic	df	Sig.
vj	.942	25	.168

*. This is a lower bound of the true significance.

Correlations Paerson

		fleksi	ekstensi	Vj
fleksi	Pearson Correlation	1	.514**	.875**
	Sig. (2-tailed)		.009	.000
	N	25	25	25
ekstensi	Pearson Correlation	.514**	1	.611**
	Sig. (2-tailed)	.009		.001
	N	25	25	25
vj	Pearson Correlation	.875**	.611**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	
	N	25	25	25

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Lampiran 4. Hasil Dokumentasi



Gambar 1: Pengukuran Hip Gerakan Fleksi



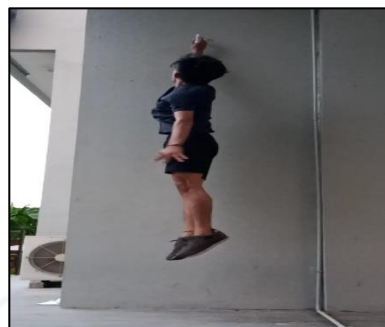
Gambar 2: Pengukuran Hip Gerakan Ektensi



Gambar 3: mengukur garis lompatan melompat



Gambar 4: posisi squat untuk



Gambar 5: gerakan melompat dan memberi tanda tinggi lompatan



Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul