

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

ABSTRAK

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR GRAFIK	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Perumusan Masalah	9
D. Tujuan Penulisan	10
E. Manfaat Penelitian	10

BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS

A. Deskripsi Teori	12
B. Kerangka Berfikir	96
C. Kerangka Konsep	64

D. Hipotesis	65
BAB III METODOLOGI DAN PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	67
B. Metode Penelitian	67
C. Populasi dan Sampel	69
D. Instrumen Penelitian	71
E. Teknik Analisa Data	76
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	80
B. Uji Prasyarat Analisis	92
C. Pengujian Hipotesis	94
BAB V PEMBAHASAN	
A. Hasil dari Penelitian	99
B. Keterbatasan Penelitian	105
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	107
B. Saran	108
DAFTAR PUSTAKA.....	
DAFTAR LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tabel Tanda dan Gejala OA	41
Tabel 2. <i>Half Valve Depth</i> (HVD)	65
Tabel 3. Tabel <i>Penetrasi Depth</i>	65
Tabel 4. Tabel Assessment	126
Tabel 4.1 Distribusi sampel menurut jenis kelamin	132
Tabel 4.2 Distribusi sampel menurut usia kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II	133
Tabel 4.3 Distribusi sampel menurut pekerjaan kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II	134
Tabel 4.4 Nilai VAS sebelum dan sesudah intervensi kelompok perlakuan I	136
Tabel 4.5 Nilai VAS sebelum dan sesudah intervensi kelompok perlakuan II	136
Tabel 4.6 Nilai pengukuran nyeri VAS pada kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II sebelum intervensi	139
Tabel 4.7 Hasil Uji Homogenitas	140
Tabel 4.8 Uji Hipotesis I	141
Tabel 4.9 Uji Hipotesis II	142
Tabel 4.10 Uji Hipotesis III	143

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kurva Spine	16
Gambar 2. Os Vertebra Lumbal	17
Gambar 3. Efek Gerakan Gerakan Dari Diskus Intervertebralis	19
Gambar 4. Sendi Facet pada Lumbal	21
Gambar 5. Ligamen-ligamen pada Columna Vertebralis	23
Gambar 6. Otot Spine Bagian Dorsal	28
Gambar 7. MWD	55
Gambar 8. Latihan ke-1 <i>Trunk Balance Exercise</i>	83
Gambar 9. Latihan ke-2 <i>Trunk Balance Exercise</i>	84
Gambar 10. Latihan ke-3 <i>Trunk Balance Exercise</i>	85
Gambar 11. Latihan ke-4 <i>Trunk Balance Exercise</i>	86
Gambar 12. Latihan ke-5 <i>Trunk Balance Exercise</i>	87
Gambar 13. Latihan ke-1 <i>Strengthening Back Muscle</i>	92
Gambar 14. Latihan ke-2 <i>Strengthening Back Muscle</i>	93
Gambar 15. Latihan ke-3 <i>Strengthening Back Muscle</i>	94
Gambar 16. Latihan ke-4 <i>Strengthening Back Muscle</i>	94
Gambar 17. Latihan ke-5 <i>Strengthening Back Muscle</i>	95
Gambar 18. Latihan ke-1 <i>Trunk Balance Exercise</i> di Bab III	116
Gambar 19. Latihan ke-2 <i>Trunk Balance Exercise</i> di Bab III	117
Gambar 20. Latihan ke-3 <i>Trunk Balance Exercise</i> di Bab III	118
Gambar 21. Latihan ke-4 <i>Trunk Balance Exercise</i> di Bab III	118
Gambar 22. Latihan ke-5 <i>Trunk Balance Exercise</i> di Bab III	119
Gambar 23. Latihan ke-1 <i>Strengthening Back Muscle</i> di Bab III	121
Gambar 24. Latihan ke-2 <i>Strengthening Back Muscle</i> di Bab III	122
Gambar 25. Latihan ke-3 <i>Strengthening Back Muscle</i> di Bab III	122
Gambar 26. Latihan ke-4 <i>Strengthening Back Muscle</i> di Bab III	123
Gambar 27. Latihan ke-5 <i>Strengthening Back Muscle</i> di Bab III	123

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Berfikir	103
Skema 2. Kerangka Konsep	104
Skema 3. Skema Model Kelompok Kontrol (<i>Kelompok Perlakuan I</i>).....	108
Skema 4. Skema Model Kelompok Perlakuan (<i>Kelompok Perlakuan II</i>)....	108

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Presentase distribusi berdasarkan jenis kelamin	133
Grafik 4.2 Presentase distribusi berdasarkan usia	134
Grafik 4.3 Presentase distribusi berdasarkan pekerjaan	135
Diagram 4.4 Rerata nilai Mean kelompok perlakuan I	136
Diagram 4.5 Rerata nilai Mean kelompok perlakuan II	136
Diagram 4.6 Perbandingan rerata nilai Mean kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II	138