

KUESIONER PENELITIAN

Kepada Yth. Bapak/Ibu/Saudara/i

Saya mohon kesediaannya untuk mengisi kuesioner ini :

DATA DIRI

Nama :

Usia :

Jenis Klemain :

Pekerjaan :

Alamat :

Hobi :

No. Telp/hp :

Pertanyaan :

1. Apakah anda pernah mengalami cedera pada ankle ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah saat ini anda mengalami keluhan pada ankle ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Apakah anda pernah menjalani program latihan beban pada ankle ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Apakah anda sedang menjalani program latihan beban pada ankle ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
5. Apakah sebelumnya anda pernah melakukan latihan theraband atau trampolin sebelumnya ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Jika “Ya”, berapa lama ?
 - a. <3 bulan

b. <6 bulan

c. >6 bulan

7. Apakah anda sering berolahraga ?

a. Ya

b. Tidak

8. Jika “Ya” jenis olahraga apa yang Anda lakukan ?

a. Joging

b. Sepak bola

c. Basket

d. Lain-lain...

Dengan ini saya selaku pasien bersedia untuk menjadi sampel dalam penelitian skripsi dengan melakukan program latihan peningkatan kecepatan berlari dengan frekuensi 2 kali seminggu selama 4 minggu berturut-turut.