

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR SKEMA</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xiii
<b>BAB I       PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II       KAJIAN TEORI</b>	
A. Deskripsi Teori .....	11
1. Upper thoracal joint blockade.....	11
2. Anatomi Terapan Thoracal Spine .....	13
a. Columnna Vertebralis .....	13
b. Struktur Jaringan Spesifik pada Spine .....	15
c. Gerakan pada Spine .....	25
3. Kinesiologi dan Biomekanik Thoracal Joint .....	26
4. Osteokinematik dan Arthrokinematik .....	28
5. Gangguan Postur .....	29
a. Postur Tubuh .....	29
b. Postur tubuh yang baik ( <i>good posture</i> ) .....	30

c. Postur tubuh jelek ( <i>poor posture</i> ) .....	31
d. Deviasi Postural .....	32
6. Patologi Upper thoracal joint blockade .....	36
a. Proses Patologi .....	36
b. Hipomobilitas Vertebra Thoracalis .....	38
c. Tanda Klinis .....	38
7. Teori Mobilitas Sendi dan <i>Range Of Motion</i> (ROM) .....	39
a. Pengertian .....	39
b. ROM Upper Thoracal .....	43
c. Faktor yang mempengaruhi <i>Range Of Motion</i> Non anatomic .....	45
d. Pengukuran ROM dengan Meter <i>Line</i> .....	45
8. Mekanisme Penurunan ROM Ekstensi Thoracal akibat Joint Blockade .....	46
9. Mobilisasi PACVP .....	47
a. Pengertian .....	47
b. Efek PACVP .....	48
c. Indikasi dan kontraindikasi .....	50
d. Mekanisme Peningkatan ROM Ekstensi Thoracal oleh PACVP .....	51
e. Prosedur .....	52
10. Latihan Mobilisasi Thoracal Menggunakan <i>Foam Roller</i> .....	54
a. Pengertian .....	54
b. Efek Latihan mobiliasasi Thoracal menggunakan <i>Foam roller</i> .....	54
c. Indikasi dan Kontraindikasi .....	55
d. Mekanisme Peningkatan ROM ekstensi thoracal oleh <i>Foam Roller</i> .....	56
e. Prosedur .....	56
B. Kerangka Berfikir .....	58
C. Kerangka Konsep .....	63
D. Hipotesis .....	64
<b>BAB III      METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>65</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	65
B. Metode Penelitian .....	65
C. Teknik Pengambilan Sampel .....	68

D. Instrument Penelitian .....	70
E. Teknik Analisa Data .....	72
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>77</b>
A. Deskripsi Data .....	77
1. Gambaran Umum Sampel Penelitian .....	77
2. Hasil Pengukuran <i>Range Of Motion</i> (ROM) .....	81
B. Uji Persyaratan Analisis .....	86
C. Pengujian Hipotesa .....	88
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>95</b>
A. Hasil Penelitian .....	95
B. Keterbatasan .....	100
<b>BAB VI KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....</b>	<b>101</b>
A. Kesimpulan .....	101
B. Implikasi .....	101
C. Saran .....	102

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kurva Spine .....	13
Gambar 2.2 Intervertebral Disc .....	16
Gambar 2.3 Facet Joint .....	19
Gambar 2.4 Ligamen pada Spine .....	21
Gambar 2.5 Otot pada Spine .....	24
Gambar 2.6 Gerakan facet pada Spine .....	25
Gambar 2.7 Penyimpangan pada Spine .....	32
Gambar 2.8 PACVP .....	53
Gambar 2.9 Jenis-jenis <i>Foam Roller</i> .....	54
Gambar 2.10 Latihan Pertama mobilisasi thoracal menggunakan <i>Foam roller</i> .....	57
Gambar 2.11 Latihan Kedua mobilisasi thoracal menggunakan <i>Foam roller</i> .....	58

## DAFTAR SKEMA

Halaman

Skema 2.1	Skema Kerangka Berfikir .....	62
Skema 2.2	Skema Kerangka Konsep .....	63

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Prosedur assesment fisioterapi untuk pemilihan sampel penelitian	69
Tabel 4.1	Distribusi sampel menurut usia .....	78
Tabel 4.2	Distribusi sampel menurut jenis kelamin .....	79
Tabel 4.3	Distribusi sampel menurut pekerjaan .....	80
Tabel 4.4	Nilai pengukuran ROM ekstensi thoracal pada kelompok perlakuan I sebelum dan sesudah intervensi .....	28
Tabel 4.5	Nilai pengukuran ROM ekstensi thoracal pada kelompok perlakuan II sebelum dan sesudah intervensi .....	84
Tabel 4.6	Hasil Uji Normalitas ( <i>Saphiro Wilk Test</i> ) .....	86
Tabel 4.7	Hasil Uji Homogenitas ( <i>Levene's Test</i> ) .....	88
Tabel 4.8	Nilai ROM ekstensi thoracal sebelum dan sesudah intervensi latihan mobilisasi thoracal menggunakan <i>foam roller</i> saja .....	89
Tabel 4.9	Nilai ROM ekstensi thoracal sebelum dan sesudah diberikan penambahan PACVP pada intervensi latihan mobilisasi thoracal menggunakan <i>foam roller</i> .....	91
Tabel 4.10	Selisih nilai ROM ekstensi thoracal pada kelompok Kontrol dan kelompok Perlakuan .....	93

## DAFTAR GRAFIK

		Halaman
Grafik 1	Grafik sampel menurut usia .....	79
Grafik 2	Grafik sampel menurut jenis kelamin .....	80
Grafik 3	Grafik sampel menurut pekerjaan .....	81
Grafik 4	Nilai ROM ekstensi thoracal pada Kelompok Kontrol .....	83
Grafik 5	Nilai ROM ekstensi thoracal pada Kelompok Perlakuan .....	85
Grafik 6	Nilai mean pengukuran ROM ekstensi thoracal pada kelompok Kontrol dan kelompok Perlakuan .....	86