

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG PROPOSAL SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	iv
PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SKEMA	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	5
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Fleksibilitas Calf Muscle	6
2. Stabilitas ankle	11
3. Hubungan Fleksibilitas Calf Muscle pada Stabilitas Ankle.	17
B. Kerangka Berpikir.....	17
C. Hipotesis.....	20
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat dan waktu penelitian	21
1. Tempat penelitian.....	21
2. Waktu penelitian	21
B. Metode penelitian.....	21
1. Pendekatan Penelitian	21
2. Jenis Penelitian.....	21
3. Desain Penelitian.....	21
C. Populasi dan Sampel	22
1. Populasi Penelitian.....	22

2.	Sampel Penelitian.....	22
D.	Instrumen Penelitian.....	23
1.	Variabel Penelitian.....	23
2.	Definisi Konseptual.....	24
2.	Definisi Operasional	24
2.	Pengukuran Stabilitas Ankle.....	27
E.	Teknik Analisis Data.....	29
1.	Uji normalitas.....	30
2.	Uji hipotesis	30
BAB IV HASIL PENELITIAN		
A.	Deskripsi Data.....	31
1.	Gambaran Umum Sampel Penelitian.....	31
2.	Hasil Pengukuran	33
B.	Uji Normalitas.....	35
C.	Uji Homogenitas	36
D.	Uji Hipotesis	36
BAB V PEMBAHASAN		
A.	Pembahasan Hasil Penelitian	37
1.	Fleksibilitas Calf Muscle	38
2.	Stabilitas Ankle.....	39
3.	Hubungan Fleksibilitas Calf Muscle Terhadap Stabilitas Ankle.....	40
B.	Keterbatasan.....	41
BAB VI PENUTUP		
A.	Kesimpulan	43
B.	Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA		44
LAMPIRAN.....		48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Otot Gastrocnemius Sobotta edisi 22	10
Gambar 2.2	Otot Soleus Sobotta edisi 22	10
Gambar 2.3	Y Balance Test	11
Gambar 2.4	Tulang Ankle A. Anterior View, B. Medial View, C. Lateral View	13
Gambar 2.5	Ligamen Ankle (Brockett & Chapman, 2016).....	14
Gambar 2.6	Bidang Gerak Ankle (Brockett & Chapman, 2016).	15
Gambar 2.7	Bidang Gerak Ankle	16
Gambar 3.1	Bidang Y Balance Test	25
Gambar 3.2	a. Posisi Mulai, b. Anterior (depan), c. Posteriorlateral (belakang kiri), d. Posteriomedial (belakang kanan)	26
Gambar 3.3	Posisi One Leg Stance	28

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Y Balance Test.....	26
Tabel 3.2 One Leg Stance	28
Tabel 3.3 Scoring One Leg Stance.....	29
Tabel 3.4 Nilai Uji Hipotesis	30
Tabel 4.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia (n=30).....	31
Tabel 4.2 Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin (n=30).....	32
Tabel 4.3 Distribusi Sampel Berdasarkan IMT (n=30).....	32
Tabel 4.4 Distribusi Sampel Berdasarkan Y Balance Test (Kanan)	33
Tabel 4.5 Distribusi Sampel Berdasarkan Y Balance Test (Kiri)	34
Tabel 4.6 Distribusi Sampel Berdasarkan One Leg Stance (Open).....	34
Tabel 4.7 Distribusi Sampel Berdasarkan One Leg Stance (Close).....	35
Tabel 4.8 Hasil Uji Kolmogorov-Smirnov.....	35
Tabel 4.9 Hasil Uji Levene	36
Tabel 4.10 Hasil uji korelasi Spearman-Rank.....	36

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Berpikir.....	19
Skema 2.2 Kerangka Konsep.....	20
Skema 3.1 Desain Penelitian.....	21

DAFTAR SINGKATAN

ROM : *Range of Motion*

OLS : *One Leg Stance*

YBT : *Y Balance Test*

SPSS : *Statistical Product and Service Solution*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Inform Consent
Lampiran 2	Y Balance Test
Lampiran 3	One Leg Stance
Lampiran 4	Data Sampel
Lampiran 5	Hasil Pengolahan Data Menggunakan SPSS
Lampiran 6	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 7	Surat Pernyataan
Lampiran 8	Daftar Riwayat Hidup