

DAFTAR ISI

COVER

PENGESAHAN

ABSTRAK

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GRAFIK.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Perumusan masalah	13
D. Tujuan Penulisan	13
E. Manfaat Penulisan	14

BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS

A. Deskripsi Teori	
1. Sprain Ankle Kronis.....	16
2. Stabilitas sendi pergelangan kaki dan kaki	31
3. Latihan <i>Wobble board</i>	38
4. Latihan <i>Theraband</i>	47
B. Kerangka berfikir.....	58

C. Kerangka Konsep	62
D. Hipotesa.....	63

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	64
B. Metode Penelitian.....	64
C. Populasi dan Sample	66
D. Instrumen Penelitian.....	68
1. Variabel Penelitian	68
2. Definisi Konseptual.....	68
3. Definisi Operasional.....	69
4. Cara Pengumpulan Data.....	72
E. Teknik Analisa Data	72

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	76
1. Gambaran umum tentang sampel penelitian	76
2. Hasil pengukuran stabilitas	83
B. Uji Persyaratan Analisa	87
1. Uji Normalitas	87
2. Uji Homogenitas	87
C. Pengujian Hipotesis	
1. Uji Hipotesa 188
2. Uji Hipotesa 2	89
3. Uji Hipotesa 3	90

BAB V PEMBAHASAN

A. Hasil dari penelitian 91

B. Keterbatasan penelitian 97

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 99

B. Saran 99

DAFTAR PUSTAKA