

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
ABTRAK .....	iii
ABSTRACT.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GRAFIK.....	xii
DAFTAR SKEMA.....	xiii

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar belakang .....	1
B. Identifikasi masalah.....	7
C. Perumusan masalah .....	9
D. Tujuan penelitian .....	10
E. Manfaat penelitian .....	11

### **BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS**

A. Deskripsi Teoritis.....	13
----------------------------	----

1. Penurunan Kemampuan Fungsional Pada <i>Shin Splint</i> .....	13
2. Anatomi Terapan dan Biomekanik Tungkai Bawah.....	18
1) Struktur Tulang .....	18
2) <i>Articulatio</i> .....	20
3) Ligament .....	22
4) Otot-otot Tungkai Bawah .....	23
3. Patologi <i>Shin Splint</i> .....	31
1) Definisi .....	31
2) Penyebab .....	31
a) Faktor intrinsik.....	31
b) Fakor ekstrinsik .....	33
3) Tanda dan Gejala .....	34
a) Nyeri.....	34
b) Oedem .....	36
c) Keterbatasan Gerak Ankle .....	36
4) Patofisiologi <i>Shin Splint</i> .....	36
5) Patologi Fungsional .....	38
a) <i>Body functions &amp; Structures impairment</i> .....	39
b) <i>Activities Limitation</i> .....	41
c) <i>Restriction of participation</i> .....	42
6) Ultrasound.....	44
a) Penyerapan dan pengurangan .....	45
b) Efek Ultrasound.. .....	48
c) Efek Fisiologis .....	51

d) Mekanisme Ultrasound .....	54
e) Prosedur Penerapan Ultrasound.....	55
7) <i>Ankle Elastic Band</i> .....	57
a) Definisi <i>Ankle Elastic Band</i> .....	57
b) Prinsip <i>Ankle Elastics Band exercise</i> .....	59
c) Jenis Latihan Pada <i>Ankle Elastic Band Exercise</i> .....	59
d) Prosedur Latihan .....	60
e) Mekanisme <i>Ankle Elastic Band</i> .....	64
8) <i>Calf Raise</i> .....	65
a) Pengertian .....	65
b) Prinsip Latihan <i>Calf Raise</i> .....	66
c) Prosedur Penerapan.....	68
d) Mekanisme Latihan <i>Calf Raise</i> .....	70
B. Kerangka Berfikir .....	72
C. Kerangka Konsep.....	77
D. Hipotesis .....	79

### **BAB III METODELOGI PENELITIAN**

A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	81
B. Metode Penelitian .....	81
C. Tehnik Populasi dan Sampel .....	83
D. Instrument Penelitian .....	83
E. Tehnik Analisis Data .....	93

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data.....	98
------------------------	----

1. Gambaran Umum Sample Penelitian.....	98
2. Hasil Pengukuran FAAM.....	102
B. Uji Persyaratan Klinis.....	107
C. Pengujian Hipotesa.....	108

## **BAB V PEMBAHASAN**

A. Hasil Dari Penelitian.....	114
B. Keterbatasan Penelitian.....	123

## **BAB VI KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	125
B. Implikasi.....	125
C. Saran.....	126

DAFTAR PUSTAKA.....	127
---------------------	-----

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Shin Splint.....	14
Gambar 2.2: Tulang Tibia dan Fibula.....	19
Gambar 2.3: Otot-otot Tungkai Bawah.....	30
Gambar 2.4: Ultrasound pada Shin Splint.....	57
Gambar 2.5: Latihan Ankle Dorsal Flexion Elastic Band.....	61
Gambar 2.6: Latihan Ankle Plantar Flexion Elastic Band.....	62
Gambar 2.7: Latihan Ankle Inversion Elastic Band.....	63
Gambar 2.8: Latihan Ankle Eversion Elastic Band.....	64
Gambar 2.9: Latihan Calf Raise.....	69

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Origo Insertio Tungkai Bawah.....	29
Tabel 2.2 <i>Half Value Depth</i> Jaringan .....	46
Tabel 2.3 Penurunan Energi .....	47
Tabel 2.4 Efek fisiologis <i>ultrasound</i> dan implikasi klinis .....	54
Tabel 2.5 <i>System Of Progressive Resistance</i> .....	58
Tabel 3.1 Prosedur Assesment Fisioterapi Untuk Pemilihan Sample .....	81
Tabel 4.1 Data Sampel Shin Splint.....	99
Tabel 4.2 Pengukuran Nilai FAAM Pada Kelompok Kontrol.....	103
Tabel 4.3 Pengukuran Nilai FAAM Pada Kelompok Perlakuan.....	105
Tabel 4.4 Beda Selisih Nilai FAAM.....	106
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas.....	108
Tabel 4.6 Nilai Mean Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah.....	109
Tabel 4.7 Nilai Mean Kelompok Perlakuan Sebelum dan Sesudah.....	110
Tabel 4.8 Beda Selisih Mean Kelompok Kontrol dan Perlakuan.....	112

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin.....	100
Grafik 4.2 Distribusi Sampel Menurut Jenis Olahraga Yang Digemari.....	101
Grafik 4.3 Distribusi Sampel Menurut Pekerjaan.....	102
Grafik 4.4 Nilai FAAM Kelompok Kontrol.....	104
Grafik 4.5 Nilai FAAM Kelompok Perlakuan.....	106
Grafik 4.6 Beda Selisih Nilai FAAM Kelompok Kontrol dan Perlakuan.....	107

## DAFTAR SKEMA

Skema Kerangka Berfikir.....	78
3.1 Skema Metode Kelompok kontrol .....	79
3.2 Skema Metode Kelompok Perlakuan.....	80