

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR GRAFIK	xi
DAFTAR SKEMA	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SINGKATAN dan ISTILAH	xiiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	7
1. Tujuan umum	7
2. Tujuan khusus	7
E. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat teoritis	7
2. Manfaat praktis	7
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Deskripsi Teoritis	8
1. Disabilitas pada <i>Low Back Pain</i>	8
2. Kekuatan Otot Stabilisator Lumbal	9
a. Anatomi dan Kinesiology	10
b. Patologi	28
3. <i>Core stability exercise</i>	34
a. Definisi	34
b. Bentuk Latihan <i>Core Stability Exercise</i>	37
c. Mekanisme <i>Core Stability Exercise Terhadap Disability</i> ..	41
4. <i>William's flexion exercise</i>	42
a. Definisi	42
b. Bentuk Latihan <i>William's Flexion Exercise</i>	43
c. Mekanisme <i>William's Flexion Exercise Terhadap</i> <i>Disability</i>	47
5. Instrument Pengukuran	47
a. Alat Ukur Disabilitas	47
b. Alat Ukur Kekuatan Otot	49
B. Kerangka Berfikir	49
C. Kerangka Konsep	52

D. Hipotesis -----	53
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian -----	54
B. Desain Penelitian -----	54
C. Populasi dan Sampel -----	56
D. Instrument Penelitian -----	59
1. Variabel Penelitian -----	59
2. Definisi Konseptual -----	59
3. Definisi Operasional -----	61
E. Teknik Analisa Data -----	72
1. Uji Persyaratan Analisa -----	72
a. Uji Normalitas Data -----	72
b. Uji Homogenitas Data -----	72
2. Uji Hipotesis -----	72
a. Hipotesis I -----	72
b. Hipotesis II -----	73
c. Hipotesis III -----	73
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data -----	74
1. Gambaran Umum Sampel Penelitian -----	74
a. Distribusi Sampel Berdasarkan Usia -----	75
b. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin -----	75
c. Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan -----	75
2. Hasil Pengukuran -----	76
a. <i>Modified Oswestry Disability Index</i> -----	76
b. <i>Sphygmomanometer</i> -----	78
B. Uji Persyaratan Analisis -----	81
1. Uji Normalitas -----	81
2. Uji Homogenitas -----	82
C. Pengujian Hipotesa -----	83
1. Uji Hipotesis I -----	83
2. Uji Hipotesis II -----	84
3. Uji Hipotesis III -----	85
BAB V PEMBAHASAN	
A. Gambaran Hasil Penelitian -----	86
B. Keterbatasan -----	93
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan -----	94
B. Saran -----	94
DAFTAR PUSTAKA -----	95
DAFTAR LAMPIRAN -----	98