

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM.....	ii
<u>PERSYARATAN GELAR</u>	<u>iii</u>
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	<u>iv</u>
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING	<u>vi</u>
PENGESAHAN PENGUJI	<u>vii</u>
KATAPENGANTAR	<u>viii</u>
ABSTRAK	<u>ix</u>
DAFTAR ISI	<u>x</u>
DAFTAR GAMBAR	<u>xi</u>
DAFTAR TABEL.....	<u>xii</u>
DAFTAR BAGAN	<u>xiii</u>
DAFTAR SINGKATAN.....	<u>xiv</u>
DAFTAR LAMPIRAN	<u>xv</u>
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	<u>xvi</u>
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.9
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.9
B. Rumusan Masalah	21
C. Tujuan.....	21
D. Manfaat	21
E. Keaslian Penelitian	22
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	25
A. Landasan Teori.....	25
1. Lansia	25
2. Otot <i>Hamstring</i>	29
3. Fleksibilitas.....	30
4. Keseimbangan Postural	33

5. <i>Neurodynamic Sliding</i>	35
6. Alat ukur.....	38
B. Kerangka Teori.....	38
C. Kerangka Konsep	39
D. Hipotesis Penelitian	39
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	40
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	41
C. Populasi Dan Sampel	41
D. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional	42
E. Instrument Penelitian	44
F. Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas	44
G. Teknik Analisis Data	47
H. Jalannya Penelitian	47
I. Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Hasil Penelitian.....	50
B. Pembahasan.....	<u>53</u>
BAB V PENUTUP	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	67

