

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PRASYARAT GELAR.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	vi
PENGESAHAN PENGUJI.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
INTISARI.....	ix
<i>SUMMARY</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Landasan Teori.....	4
1. Remaja.....	4
a. Definisi Remaja.....	4
b. Perkembangan Arkus Pada Remaja	4
2. Flatfoot	5
a. Anatomi Ankle	5
b. Definisi Dan Klasifikasi Flatfoot	10
c. Etiologi Flatfoot	11
d. Manifestasi Klinik Flatfoot	12
e. Pemeriksaan	12
3. Keseimbangan	13
a. Definisi Keseimbangan	13
b. Komponen Pengontrol Keseimbangan.....	13
c. Faktor Yang Mempengaruhi Keseimbangan	16
d. Alat Ukur Keseimbangan	18
4. <i>Short Foot Exercise</i>	19
a. Definisi Shortfoot Exercise	19
b. Indikasi & Kontraindikasi	20
c. Prosedur Pelaksanaan	20
d. Dosis Latihan	22
5. Hubungan Shortfoot Exercise Untuk Keseimbangan	22

6. Media Komunikasi Dan Informasi.....	23
a. Definisi.....	23
b. <i>Booklet</i>	23
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN	25
A. Teknik Pelaksanaan Program.....	25
B. Nama <i>Project</i> Luaran	26
C. Tujuan <i>Project</i> Luaran	26
D. Keaslian Karya <i>Project</i>	26
E. Deskripsi Desain <i>Project</i> Luaran	26
BAB IV LUARAN YANG DIHASILKAN	28
A. Hasil	28
B. Pembahasan.....	28
1. Halaman sampul.....	28
2. Halaman daftar isi	29
3. Halaman materi	30
4. Halaman materi <i>flat foot</i>	32
5. Halaman materi keseimbangan	34
6. Halaman materi <i>shortfoot exercise</i>	36
7. Halaman materi alat dan prosedur latihan.....	37
8. Halaman daftar referensi	39
C. Rencana Tindak Lanjut	41
BAB V PENUTUP.....	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Arkus Pedis.....	6
Gambar 2.2 Ligamen Pada Ankle	7
Gambar 2.3 <i>Weightbearing</i>	10
Gambar 2.4 <i>Non Weightbearing</i>	11
Gambar 2.5 <i>Rigid Flatfoot</i>	11
Gambar 2.6 Derajat <i>flat foot</i>	13
Gambar 2.7 <i>Center of Gravity</i>	17
Gambar 2.8 <i>Base of Support</i>	18
Gambar 2.9 <i>Line of Gravity</i>	18
Gambar 2.10 <i>Stork Standing Balance</i>	19
Gambar 2.11 <i>Shortfoot Exercise</i>	20
Gambar 2.12 Posisi Kaki Mencengkeram.....	21
Gambar 2.13 Posisi Kaki Istirahat.....	21
Gambar 2.14 Pembebanan Pada Kaki	22
Gambar 4.1 Halaman sampul	27
Gambar 4.2 Halaman daftar isi.....	28
Gambar 4.3 Halaman materi	29
Gambar 4.4 Halaman materi <i>flat foot</i>	31
Gambar 4.5 Halaman materi keseimbangan.....	33
Gambar 4.6 Halaman materi <i>shortfoot exercise</i>	35
Gambar 4.7 Halaman materi alat dan prosedur latihan	36
Gambar 4.8 Halaman daftar referensi	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Curriculum Vitae*

Lampiran 2. Luaran

DAFTAR SINGKATAN

BOS	: <i>Base Of Support</i>
COG	: <i>Center Of Gravity</i>
LOG	: <i>Line Of Gravity</i>
SFE	: <i>Short Foot Exercise</i>
CEI	: <i>Communication, Education & Information</i>
KIE	: Komunikasi, Informasi & Edukasi

DAFTAR ISTILAH/SIMBOL

% : Presentase