

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
PENGESAHAN PENGUJI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Landasan Teori	8
1. Lanjut Usia	8
2. Kekuatan Otot	20
3. Alat Ukur Kekuatan Otot <i>Manual Muscle Testing</i>	25
4. <i>Straight Leg Raise Exercise</i>	26
5. <i>Clamshell Exercise</i>	28
B. Kerangka Teori.....	32
C. Kerangka Konsep.....	33
D. Hipotesis Penelitian	33

BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	34
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	34
C. Populasi Dan Subjek	35
D. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional	36
E. Instrumen Penelitian.....	37
F. Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas	38
G. Teknik Pengumpulan Data	39
H. Teknik Analisis Data	39
I. Jalannya Penelitian	42
J. Etika Penelitian Fisioterapi	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
1. Gambaran Umum Penelitian	44
2. Karakteristik Responden	44
3. Analisis Bivariat	47
B. Pembahasan	49
C. Keterbatasan Penelitian	54
BAB V PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN- LAMPIRAN.....	62

DAFTAR GAMBAR

2.1 Gambar Anatomi dan Fisiologi.....	20
2.2 Gambar Mekanisme Kontraksi Otot	24
2.4 Gambar <i>Straight Leg Raise Exercise</i>	28
2.5 Gambar <i>Clamshell Exercise</i>	30
2.6 Gambar Kerangka Teori.....	32
2.7 Gambar Kerangka Konsep	33
3.1 Gambar Rencana Penelitian <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i>	34

DAFTAR TABEL

1.1 Tabel Keaslian Penelitian.....	5
2.3 Tabel Interpretasi Nilai MMT	25
3.2 Tabel Definisi Operasional	35

DAFTAR SINGKATAN

MMT	: <i>Manual Muscle Testing</i>
SPSS	: <i>Statistical package for the social science</i>

DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL

%	: Persen
-	: Sampai
/	: atau
=	: sama dengan
α	: alpha / pengaruh

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 2 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3 *Informed Consent*
- Lampiran 4 SOP Pelaksanaan Pengukuran *Manual Muscle Testing* (MMT)
- Lampiran 5 SOP Pelaksanaan *Straight Leg Raise Exercise* Dan *Clamshell Exercise*
- Lampiran 6 Kuisioner Penyaringan Responden
- Lampiran 7 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi
- Lampiran 9 Jadwal Penelitian