

## DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
PENGESAHAN PENGUJI .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian .....	6
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Landasan Teori .....	9
1. Lanjut Usia (lansia).....	9
2. Perubahan Anatomi dan Fisiologi Pada Lansia.....	10
3. Kemampuan Fungsional Otot Tungkai .....	12
4. Alat Ukur Kemampuan Fungsional Otot Tungkai .....	15
5. <i>Body Weight Squat</i> .....	17
6. <i>Calf Raises</i> .....	22

B. Kerangka Teori .....	26
C. Kerangka Konsep .....	26
D. Hipotesis Penelitian .....	27
BAB III .....	28
METODE PENELITIAN .....	28
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	28
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
C. Populasi dan Sampel .....	29
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	30
E. Instrument Penelitian .....	32
F. Uji Validitas dan Uji Realibilitas .....	32
G. Teknik dan Pengumpulan Data .....	32
H. Teknik Analisa Data .....	34
I. Jalannya Penelitian .....	36
J. Etika Penelitian Fisioterapi .....	37
BAB IV .....	39
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	39
A. Hasil Penelitian .....	39
1. Gambaran Umum Penelitian .....	39
2. Analisa Univariat .....	39
3. Analisa Bivariat .....	41
B. Pembahasan .....	42
C. Keterbatasan Penelitian .....	47
BAB V .....	48
PENUTUP .....	48
A. Kesimpulan ‘ .....	48
B. Saran .....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	50
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	57