DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SKRIPSI ..... **i**
PENGESAHAN ..... **ii**
LEMBAR PERNYATAAN ..... **iii**
ABSTRAK ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1. Latar Belakang Masalah 1
1.2. Fokus Penelitian 8
1.3. Perumusan Masalah 9
1.4. Tujuan Penelitian 9
1.5. Kegunaan Hasil Penelitian 9
BAB II KAJIAN TEORITIS **10**
2.1. Konsep Pengembangan Model 10
2.1.1. Alas 11
2.1.2. Alas *Rubber Silicone* 11
2.1.3. Cetakan Kaki 12
2.1.4. Hakikat Ergonomi 13
2.1.5. *Squat* 15
2.1.6. Antropometri dan Ergonomi 16
2.1.7. Kualitas Gerakan *Weight training* 18
2.1.8. Analisis Kebutuhan 19
2.2. Konsep Yang Dikembangkan 19
2.3. Hasil Penelitian yang Relevan 20
2.4. Kerangka Teoritis 20
2.5. Rancangan Model 22
2.5.1. Model Pertama 23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 24
3.1. Tempat Dan Waktu Penelitian 24
3.1.1. Tempat Peneliian 24
3.1.2. Waktu Penelitian 24
3.2. Karakteristik Model Yang Dikembangkan 24
3.3. Pendekatan Dan Metode Penelitian 25
3.4. Langkah-langkah Pengembangan Model 26
3.4.1. Penelitian Pendahuluan 26
3.4.2. Perencanaan Pengembangan Model 26
3.4.3. Validasi, Evaluasi, Dan Revisi Model 26
3.4.4 . Implementasi Model 28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 30
4.1. Hasil Pengembangan Model Penelitian dan Pengembangan model 30
4.1.1. Potensi Dan Masalah 30
4.1.2. Desain produk 31
4.1.3 Pengembangan Produk 33
4.1.4 Validasi Desain 35
4.1.5. Hasil Perhitungan Validitas (Expert Judgment) 40
4.1.6. Hasil Perhitungan Validitas (*Expert Judgment*) 44
4.2. Efektivitas model 45
4.3. Pembahasan 46
4.4 Analisis Kelebihan dan Kekurangan pada produk 49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 50
5.1. Kesimpulan 50
5.2. Saran 50
DAFTAR PUSTAKA 51
LAMPIRAN 54