

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	4
1.3. Pembatasan Masalah	4
1.4. Rumusan Masalah	4
1.5. Tujuan Penelitian	5
1.6. Kegunaan Hasil Penelitian	5

BAB II KAJIAN TEORI

2.1. Landasan Teori.....	7
2.1.1. Hakikat Terapi Latihan	7
2.1.2. Terapi Latihan Mobilitas Sendi.....	10
2.1.3. Hakikat Latihan Isometrik.....	11
2.1.4. Hakikat Nyeri Sendi.....	14
2.1.5. Hakikat Lansia	21
2.1.6 Hubungan Kurangnya Aktivitas Fisik Terhadap Nyeri Sendi	28
2.2. Hasil Penelitian Yang Relevan	30
2.3. Kerangka Berpikir.....	32
2.4 Hipotesis Penelitian.....	33

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian	34
3.1.1 Lokasi Penelitian.....	34

3.1.2 Waktu Penelitian	34
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	34
3.2.1 Populasi Penelitian	34
3.2.2 Sampel Penelitian.....	34
3.3 Metode Penelitian.....	35
3.4 Desain Penelitian.....	35
3.5 Instrumen Penelitian.....	36
3.6 Teknik Analisis Data.....	38
3.6.1 Uji Normalitas.....	38
3.6.2 Uji Homogenitas	38
3.6.3 Uji Hipotesis	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	40
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian.....	40
4.1.2 Uji Normalitas.....	42
4.1.3 Uji Homogenitas	43
4.1.4 Uji Hipotesis	44
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	45
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	49
5.2 Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	56