

DAFTAR ISI

	Halaman
Sampul Depan	
Lembar Persetujuan	i
Lembar Persetujuan Tim Penguji	ii
Surat Pernyataan Orisinalitas	iii
Ucapan Terima Kasih	iv
Ringkasan.....	vii
Abstract	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar Singkatan.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1. Tujuan umum	3
1.3.2. Tujuan khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1. Manfaat teoritis	4
1.4.2. Manfaat praktis.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Anggaran.....	6
2.1.1 Pengetahuan Umum	6

2.1.2	Teknik Dasar	8
2.1.3	Jenis Senjata.....	11
2.2	Lutut.....	15
2.2.1	Anatomi	15
2.2.2	Biomekanika Lutut	20
2.2.3	Cedera Olahraga di Lutut.....	23
2.3	Faktor Risiko	28
2.3.1	Umur	29
2.3.2	Jenis Kelamin.....	30
2.3.3	Kebugaran Fisik	30
2.3.4	Riwayat Cedera	32
2.3.5	Alignment	33
2.3.6	Tingkat Keahlian.....	33
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL PENELITIAN		35
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian	35
3.2	Penjelasan Kerangka Konseptual	36
BAB 4 MATERI DAN METODE PENELITIAN.....		38
4.1	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	38
4.2	Populasi dan Sampel.....	38
4.2.1	Populasi.....	38
4.2.2	Sampel	38
4.2.3	Teknik pengambilan sampel	38
4.3	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	39
4.3.1	Variabel terikat.....	39
4.3.2	Variabel bebas.....	39

4.3.3	Definisi operasional.....	39
4.4	Bahan Penelitian	41
4.5	Instrumen Penelitian	41
4.6	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
4.6.1	Lokasi penelitian	41
4.6.2	Waktu penelitian	41
4.7	Prosedur Penelitian dan Pengambilan Data	41
4.7.1	Prosedur Penelitian.....	41
4.7.2	Pengambilan Data	42
4.8	Pengolahan dan Analisis Data	42
4.8.1	Pengolahan Data.....	42
4.8.2	Analisis Data.....	43
4.9	Kerangka Operasional Penelitian	43
BAB 5 HASIL DAN ANALISIS		44
5.1	Hasil Penelitian.....	44
5.2	Prevalensi Kejadian Cedera Lutut Atlet Anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	44
5.3	Data Umur.....	45
5.4	Data Jenis Kelamin	45
5.5	Data Indeks Massa Tubuh (IMT)	46
5.6	Data Riwayat Cedera Lutut	47
5.7	Data VO ₂ max.....	47
5.8	Data ROM Lutut.....	48
5.9	Data <i>Laxity</i>	48

5.10 Data <i>Alignment</i>	48
5.11 Data Frekuensi Latihan Penguatan Kaki	49
BAB 6 PEMBAHASAN.....	50
6.1. Hubungan Antara Umur dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar	50
6.2. Hubungan Antara Jenis Kelamin dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar.....	51
6.3. Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar	52
6.4. Hubungan Antara Riwayat Cedera Lutut dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar	54
6.5. Hubungan Antara VO2max dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar	55
6.6. Hubungan Antara ROM Lutut dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar.....	56
6.7. Hubungan Antara <i>Laxity</i> dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar	56
6.8. Hubungan Antara <i>Alignment</i> dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar	57
6.9. Hubungan Antara Kekuatan Otot dengan Risiko Cedera Lutut pada Atlet Anggar.....	58
BAB 7 PENUTUP.....	60
7.1 Kesimpulan.....	60
7.2 Saran	60
Daftar Pustaka	62

Lampiran 71

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 : Definisi operasional variabel penelitian.....	39
Tabel 5.1 : Distribusi kelas umur atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur...	45
Tabel 5.2 : Distribusi jenis kelamin atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	46
Tabel 5.3 : Distribusi IMT atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	46
Tabel 5.4 : Distribusi riwayat cedera lutut atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	47
Tabel 5.5 : Distribusi VO2max atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	47
Tabel 5.6 : Distribusi ROM lutut atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur...	48
Tabel 5.7 : Distribusi <i>laxity</i> atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	48
Tabel 5.8 : Distribusi <i>alignment</i> atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	48
Tabel 5.9 : Distribusi frekuensi latihan penguatan kaki atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur.....	49

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 : Posisi kuda-kuda anggar	9
Gambar 2.2 : Gerakan <i>lunge</i>	11
Gambar 2.3 : Pertandingan foil	13
Gambar 2.4 : Pertandingan sabre	14
Gambar 2.5 : Pertandingan epee	15
Gambar 2.6 : Lutut tampak medial.....	16
Gambar 2.7 : Ligamen cruciatum dan kolateral.....	19
Gambar 2.8 : Fase <i>lunge</i> anggar	23
Gambar 2.9 : Tes apley	27
Gambar 2.10: Tes steinman	28
Gambar 2.11: Tes mcmurray.....	28
Gambar 3.1 : Kerangka konseptual penelitian	35
Gambar 4.1 : Kerangka Operasional Penelitian	43
Gambar 5.1 : Prevalensi cedera lutut pada atlet anggar di PUSLATDA Jawa Timur	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Jadwal Kegiatan.....	71
Lampiran 2: Rencana Anggaran.....	72
Lampiran 3: Surat Izin Penelitian.....	73
Lampiran 4: Sertifikat Kelaikan Etik.....	74

DAFTAR SINGKATAN

ACL	: <i>Anterior Cruciate Ligament</i>
FIE	: <i>Fédération Internationale d'Esgrime</i>
IKASI	: Ikatan Anggar Seluruh Indonesia
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KONI	: Komite Olahraga Nasional Indonesia
PON	: Pekan Olahraga Nasional
PUSLATDA	: Pemusatan Latihan Daerah
ROM	: <i>Range of Motion</i>
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
USFA	: <i>United States Fencing Association</i>
VO ₂ max	: Volume Oksigen Maksimum