

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
INTISARI.....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1. Anatomi Otot Skeletal Yang Terkait Dengan Sikap Duduk ....	6
2.2. Fisiologi Otot Skeletal.....	8

2.2.1. Struktur Umum Otot Skeletal.....	8
2.2.2. Mekanisme Kontraksi Otot .....	10
2.3. Mekanisme Terjadinya Keluhan-Keluhan Otot Skeletal.....	12
2.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keluhan Otot Skeletal .....	14
2.5. Alat Ukur Keluhan Otot Skeletal .....	17
2.5.1. Nordic <i>Body Map</i> .....	17
2.6. Sikap Duduk .....	18
2.6.1. Definisi Sikap Duduk.....	18
2.6.2. Macam-macam Sikap Duduk.....	19
2.6.3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Sikap Duduk ....	20
2.7. Kursi Ergonomis.....	21
2.8. Pengaruh Sikap Duduk dalam Belajar pada Kursi yang tidak Ergonomis terhadap Keluhan Otot Skeletal.....	25
2.9. Kerangka Teori.....	26
2.10. Kerangka Konsep.....	27
2.11. Hipotesis.....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
3.1. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian .....	29
3.2. Variabel dan Definisi Operasional .....	29
3.2.1. Variabel Penelitian .....	29
3.2.1.1 Variabel Bebas .....	29
3.2.1.2 Variabel terikat.....	29
3.2.2. Definisi Operasional.....	29
3.2.2.1. Variabel Bebas .....	29

3.2.2.2. Variabel Tergantung.....	30
3.3. Populasi Dan Sampel .....	30
3.3.1 Populasi Penelitian .....	30
3.3.2 Sampel.....	30
3.3.2.1. Kriteria Inklusi .....	30
3.3.2.2. Kriteria Eksklusi.....	31
3.4. Instrumen Penelitian.....	31
3.5. Prosedur Penelitian.....	32
3.6. Tempat dan Waktu.....	32
3.7. Alur Penelitian.....	33
3.8. Analisa Hasil.....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>35</b>
4.1. Hasil Penelitian .....	35
4.2. Pembahasan.....	41
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>45</b>
5.1. Kesimpulan .....	45
5.2. Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>52</b>