

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Masa Post Partum	11
B. Otot Abdomen.....	15
C. Kekuatan Otot Abdomen	19
D. Manual Muscle Testing (MMT)	27
E. <i>Pelvic Floor Exercise</i>	29
F. Kerangka Pemikiran Penelitian.....	34
G. Kerangka Konsep Penelitian.....	34
H. Hipotesa	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
A. Desain Penelitian	36

B. Kerangka Penelitian	36
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	37
D. Variabel.....	37
E. Definisi Operasional	38
F. Tempat Penelitian	39
G. Waktu Penelitian.....	39
H. Instrument Penelitian	39
I. Prosedur Pengumpulan Data.....	41
J. Analisa Data.....	43
K. Etika Penelitian	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Gambaran Umum Penelitian.....	46
B. Hasil	46
C. Pembahasan.....	49
BAB V PENUTUP.....	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	56

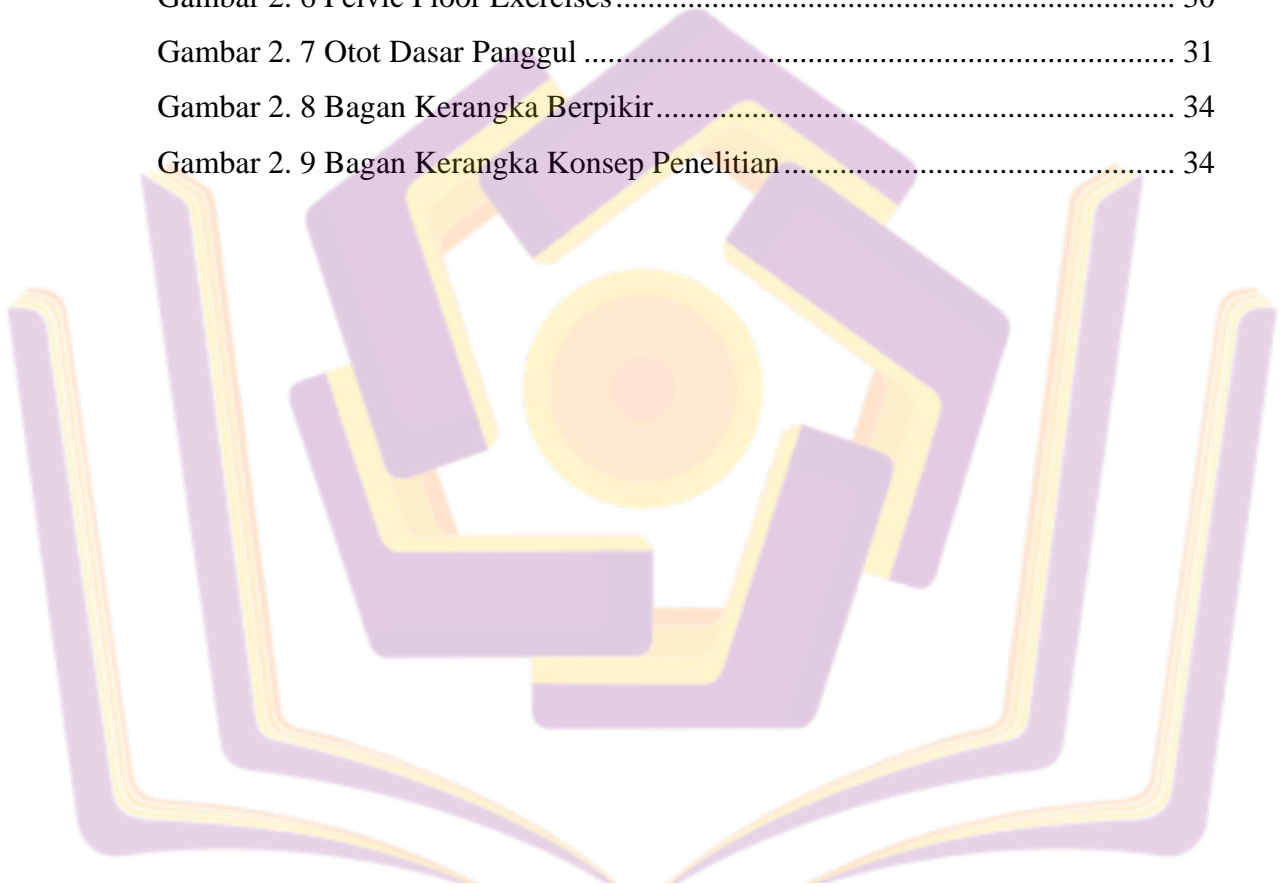
DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 3. 1 Definisi Oprasional	38
Tabel 4. 1 Statistik Deskriptif	47
Tabel 4. 2 Uji Normalitas.....	47
Tabel 4. 3 Uji Wilcoxon.....	48



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Otot Rectus Abdominis	16
Gambar 2. 2 Otot Obliquus Eksternus Abdominis	17
Gambar 2. 3 Otot Obliquus Internus Abdominis	18
Gambar 2. 4 Otot Transversus Abdominis.....	19
Gambar 2. 5 Ringkasan Pengukuran Otot Abdomen.....	28
Gambar 2. 6 Pelvic Floor Exercises	30
Gambar 2. 7 Otot Dasar Panggul	31
Gambar 2. 8 Bagan Kerangka Berpikir.....	34
Gambar 2. 9 Bagan Kerangka Konsep Penelitian.....	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standard Operating Pelvic Flour Exercise

Lampiran 2 Ethical Clearance

Lampiran 3 Informed Consent Responden

Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 5 Data Penelitian Responden

Lampiran 6 Hasil SPSS

Lampiran 7 Kartu Bimbingan Dosen

Lampiran 8 CV Peneliti

