

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
NASKAH SOAL	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
UCAPAN TERIMA KASIH	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR SIMBOL	xx
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	2
1.3. Batasan Masalah	2
1.4. Tujuan Penelitian	3
1.5. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
BAB III LANDASAN TEORI	9
3.1. Postur tubuh	9
3.2. Postur Kerja	9
3.3. <i>Fatigue</i>	10
3.4. RULA (<i>Rapid Upper Limb Assessment</i>)	12
3.5. REBA (<i>Rapid Entire Body Assessment</i>)	12
3.6. <i>Reaction Time</i>	13

3.7. Kuda	17
3.8. Peralatan dalam Menunggang Kuda	18
3.8.1. Helm	18
3.8.2. Sepatu Tunggang	18
3.8.3. Sarung Tangan	19
3.8.4. Celana Tunggang	19
3.8.5. <i>Chaps</i>	19
3.8.6. <i>Body Protector</i>	20
3.9. Posisi Menunggang Kuda	20
3.10. Gerakan dalam Menunggang Kuda	21
3.10.1. <i>Walk</i>	21
3.10.2. <i>Trot</i>	21
3.10.3. <i>Canter</i>	22
3.10.4. <i>Gallop</i>	22
3.11. Faktor Penilaian dalam Menunggang Kuda	23
3.11.1. Posisi Penunggang	23
3.11.2. Ketepatan dan Efektivitas Penggunaan Perintah	23
3.11.3. Respon dan Performa Kuda	23
3.11.4. Keakuratan Latihan	24
3.11.5. Harmoni antara Kuda dan Penunggang	24
BAB IV METODE PENELITIAN	25
4.1. Tempat dan Waktu Penelitian	25
4.2. Objek Penelitian	25
4.3. Alat Bantu Penelitian	25
4.4. Tahapan Penelitian	27
4.5. Metode Pengumpulan Data	28
4.5.1. Kamera dan Tripod	28
4.5.2. Pengukuran Detak Jantung	31
4.5.3. <i>Reaction Training</i>	31
4.5.4. <i>Accelerometer</i>	31
4.5.5. Kuesioner	32

4.6. Metode Pengolahan dan Analisis Data	32
4.6.1. Penilaian RULA dan REBA	32
4.6.2. Penilaian dari <i>Rider Test Scoring Scale</i> oleh Pelatih	32
4.6.3. Perbandingan antar Kelompok Postur	33
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	34
5.1. Demografi Responden	34
5.2. Hasil Pengukuran <i>Reaction Training</i>	35
5.3. Hasil Pengukuran Detak Jantung	45
5.4. Hasil Pengukuran Laju Pernapasan	47
5.5. Hasil Penilaian <i>Rider Test Scoring Scale</i>	49
5.5.1. Hasil Penilaian Pelatih 1	49
5.5.2. Hasil Penilaian Pelatih 2	51
5.5.3. Pengujian Korelasi Penilaian Pelatih	52
5.6. Pengaruh Perbedaan Responden	53
5.6.1. Pengujian Pengaruh Perbedaan Jenis Kelamin	53
5.6.2. Pengujian Pengaruh Perbedaan Gerakan	56
5.7. Analisis Berdasarkan Penilaian Pelatih	60
5.7.1. Pembagian Kelompok Berdasarkan Penilaian Pelatih	60
5.7.2. Analisis Detak Jantung, Laju Pernapasan, dan Waktu Reaksi Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Penilaian Pelatih	61
5.7.3. Analisis Kemudahan Pengendalian Kuda Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Penilaian Pelatih	64
5.7.4 Analisis Grafik <i>Accelerometer</i> Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Penilaian Pelatih	65
5.8. Hasil Penilaian RULA	69
5.8.1. Pembagian Kelompok Berdasarkan Nilai RULA	71
5.8.2. Analisis Detak Jantung, Laju Pernapasan dan Waktu Reaksi Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Nilai RULA	71
5.8.3. Analisis Kemudahan Pengendalian Kuda Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Nilai RULA	74

5.8.4. Analisis Grafik <i>Accelerometer</i> Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Nilai RULA	75
5.9. Hasil Penilaian REBA	80
5.9.1. Pembagian Kelompok Berdasarkan Nilai REBA	82
5.9.2. Analisis Detak Jantung, Laju Pernapasan dan Waktu Reaksi Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Nilai REBA	82
5.9.3. Analisis Kemudahan Pengendalian Kuda Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Nilai REBA	86
5.9.4. Analisis Grafik <i>Accelerometer</i> Berdasarkan Pembagian Kelompok Sesuai Nilai REBA	86
5.10. Analisis Hasil Kuesioner Responden	91
BAB VI KESIMPULAN	92
6.1. Kesimpulan	92
6.2. Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN	95