

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat yang telah diberikan-Nya, sehingga Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan.

Tugas Akhir Skripsi dengan judul “HUBUNGAN RUTINITAS OLAHRAGA DENGAN KUALITAS KERJA JANTUNG PADA DEWASA MUDA DI KARAWACI ” ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pelita Harapan.

Terima kasih atas bimbingan dan doa dari berbagai pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas akhir ini, yaitu kepada:

1. Dosen Pembimbing dr. Jacobus Jeno Wibisono, Sp.OG yang telah memberikan bimbingan dan banyak memberikan masukan kepada penulis;
2. Dosen Penguji yang telah meluangkan waktu dan memberi banyak masukan selama pelaksanaan sidang skripsi.
3. Semua pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam Tugas Akhir Skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Karawaci, 20 Agustus 2018

Penulis

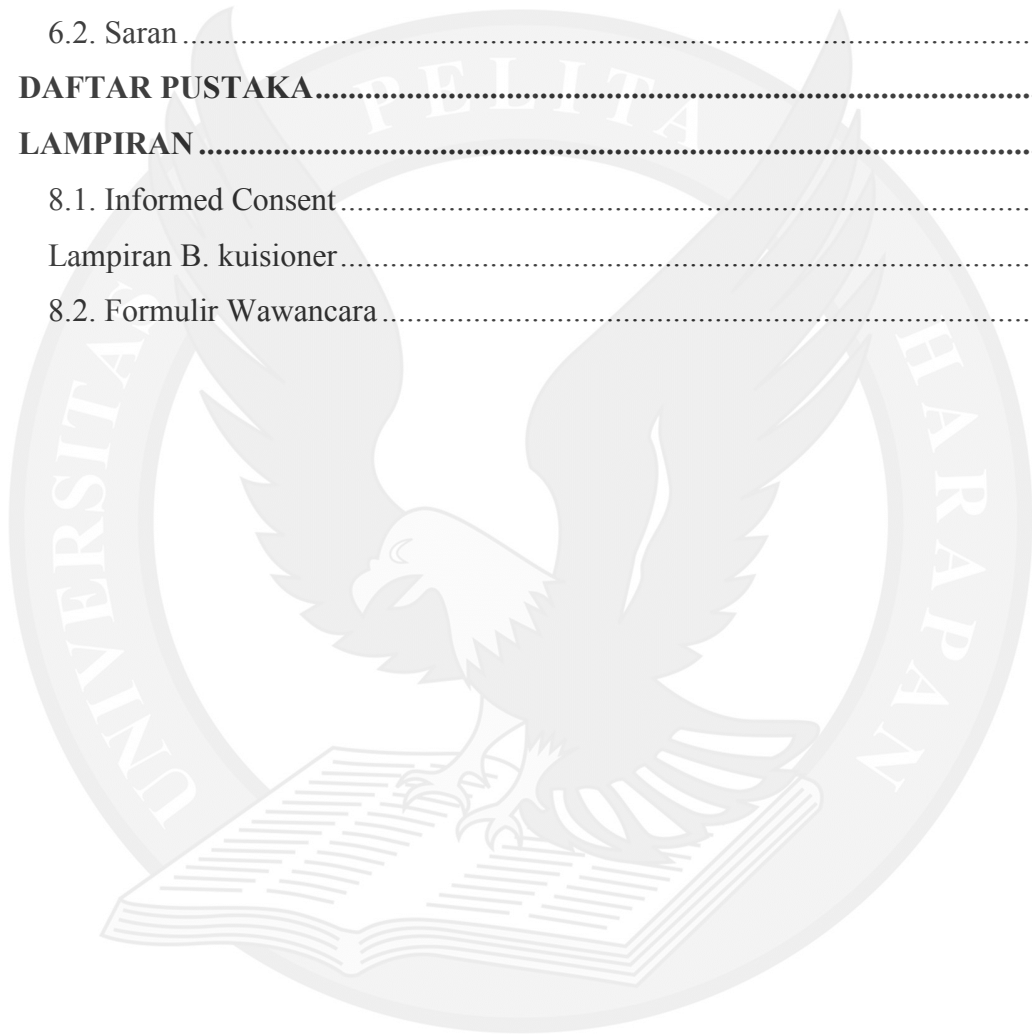
Muhammad Arthur Argantara

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	iii
PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI TUGAS AKHIR	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Pertanyaan Penelitian	2
1.4 Tujuan Penelitian	2
1.4.1 Tujuan Umum	2
1.4.2 Tujuan Khusus	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
1.5.1 Manfaak Akademik	3
1.5.2 Manfaat Praktis	3
BAB II	4
TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Jantung	4
2.1.1 Definisi	4
2.1.2 Permukaan Jantung	5
2.1.3 Struktur Internal Jantung	6
2.1.4 Fisiologi Jantung	7
2.1.5 Jumlah Denyut Jantung	7
2.2 Olahraga Lari	8

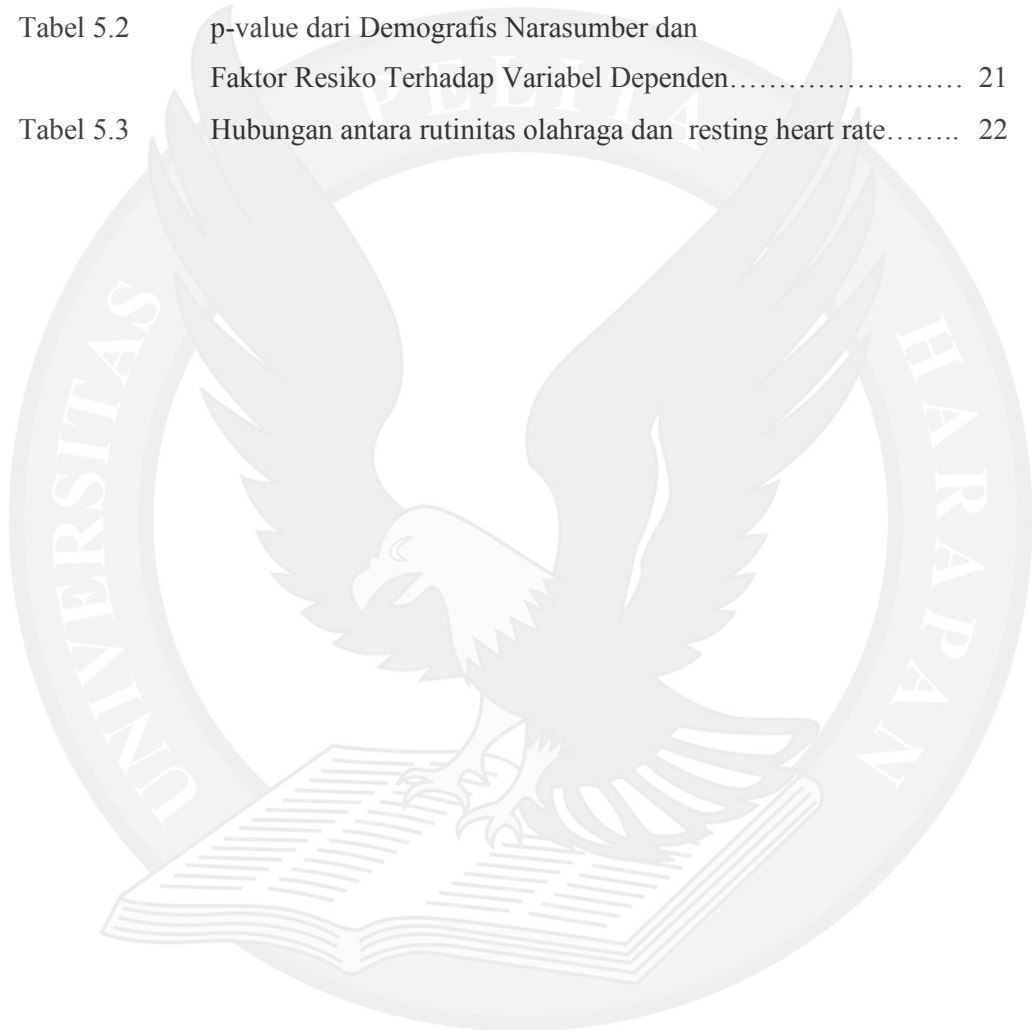
2.2.1	Definisi Lari.....	8
2.2.2	Urutan Gerak Menyeluruh.....	9
2.2.3	Teknik Dasar.....	9
2.2.4	Rutinitas Olahraga	11
2.2.5	Berat dan Durasi Olahraga	11
2.3	Dewasa Muda	11
2.3.1	Definisi Dewasa Muda.....	11
BAB III	12
KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESA	12
3.1	Kerangka Teori.....	12
3.2	Kerangka Konsep	13
3.3	Hipotesis.....	14
3.3	Variabel.....	14
3.4	Definisi Operasional	14
BAB IV	15
METODOLOGI PENELITIAN	15
4.1.	Desain Penelitian	15
4.2.	Lokasi dan Waktu.....	15
4.3.	Bahan dan Cara.....	15
4.4.	Populasi Penelitian	16
4.5.	Cara Pengambilan Sampel	16
4.6.	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	16
4.7.	Cara Perhitungan Sampel.....	17
4.8.	Pengolahan Data.....	17
4.9.	Uji Statistik.....	17
4.10.	Etika Penelitian	17
4.13.	JADWAL PENELITIAN	19
BAB V	20
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	20
5.1	Hasil.....	20
5.1.1	Karakteristik Pengambilan Sampel.....	20
5.1.2	Demografis Sampel Penelitian	20

5.1.3 Tes Pearson Chi-Square antara faktor resiko dan Resting Heart Rate..	21
5.1.4 Pengujian Hipotesis.....	22
5.2 Pembahasan.....	22
BAB VI.....	24
SIMPULAN DAN SARAN	24
6.1. Simpulan.....	24
6.2. Saran.....	24
DAFTAR PUSTAKA.....	25
LAMPIRAN	A
8.1. Informed Consent.....	A
Lampiran B. kuisisioner.....	B
8.2. Formulir Wawancara.....	B



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	14
Tabel 4.1	Dana Penelitian.....	18
Tabel 4.2	Jadwal Penelitian	19
Tabel 5.1	Demografis Sampel Penelitian	20
Tabel 5.2	p-value dari Demografis Narasumber dan Faktor Resiko Terhadap Variabel Dependen.....	21
Tabel 5.3	Hubungan antara rutinitas olahraga dan resting heart rate.....	22



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Jantung.....	6
Gambar 3.1	Kerangka Teori.....	12
Gambar 3.2	Kerangka Konsep.....	13
Gambar 4.1	Alur Penelitian.....	18



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Informed consent.....	A
Lampiran 2	Formulir Wawancara.....	B
Lampiran 3	Surat Keterangan Lolos Kaji Etik.....	C

