

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Perumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
E. Manfaat Penelitian	6
1. Bagi Peneliti	6
2. Bagi Fisioterapi	6
3. Bagi Perokok	6
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESA	
A. Deskripsi Teori	7
1. Pengaruh Rokok Terhadap Sistem Pernapasan	7
2. Anatomi Sistem Pernapasan	9
3. Fisiologi Pernapasan	14
4. <i>Peak Expiratory Flow</i> (PEF) Pada Perokok	15
5. Pengukuran <i>Peak Expiratory Flow</i> (PEF)	17
6. <i>Positive Expiratory Pressure</i>	18

7. Core Stability	21
B. Kerangka Berpikir	25
C. Kerangka Konsep.....	26
D. Hipotesa	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	28
1. Tempat Penelitian	28
2. Waktu Penelitian.....	28
B. Metode Penelitian	28
1. Kelompok Perlakuan I	28
2. Kelompok Perlakuan II.....	29
C. Populasi Dan Sampel.....	29
1. Kriteria Inklusif.....	31
2. Kriteria Eksklusif.....	31
3. Kriteria Pengguguran.....	31
D. Instrumen Penelitian	31
1. Variabel Penelitian.....	31
2. Defenisi Konseptual.....	32
3. Defenisi Operasional.....	32
E. Teknik Analisa Data	36
1. Uji Normalitas.....	36
2. Uji Homogenitas	36
3. Uji Hipotesis	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	38
B. Uji Persyaratan Analisis	41
1. Uji Normalitas.....	41
2. Uji Homogenitas	42
C. Uji Hipotesis.....	42
1. Uji Hipotesis I.....	42
2. Uji Hipotesis II.....	43
3. Uji Hipotesis III	43

BAB V PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	44
1. Uji Hipotesis I.....	44
2. Uji Hipotesis II.....	46
3. Uji Hipotesis III.....	47
B. Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Saluran Napas.....	10
Gambar 2.2 Anatomi Paru-Paru.....	12
Gambar 2.3 Anatomi Sangkar Torak.....	13
Gambar 2.4 Anatomi Otot-Otot Pernapasan.....	14
Gambar 2.5 Rumus PEF Prediksi.....	15
Gambar 2.6 Penggunaan <i>Peak Flow Meter</i>	18
Gambar 2.7 Contoh PEP Komersil.....	19
Gambar 2.8 Contoh PEP Sederhana Dengan <i>Bottle-Blowing</i>	20
Gambar 3.1 Latihan <i>Core Stability I (Sit Up)</i>	34
Gambar 3.2 Latihan <i>Core Stability II (Bridging)</i>	35
Gambar 3.3 Latihan <i>Core Stability III (Table Position-Bird Dog)</i>	35

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Berpikir.....	25
Skema 2.2 Kerangka Konsep.....	26
Skema 2.3 Kelompok Perlakuan I.....	29
Skema 2.4 Kelompok Perlakuan II.....	29

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Penilaian PEF.....	17
Tabel 3.1 Dosis Latihan <i>Core Stability</i>	35
Tabel 4.1 Distribusi Sampel Menurut Usia.....	38
Tabel 4.2 Distribusi Sampel Menurut Tinggi Badan.....	39
Tabel 4.3 Distribusi Sampel Menurut Indeks Brinkman.....	39
Tabel 4.4 Hasil Pengukuran <i>Peak Expiratory Flow</i>	39
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas.....	41
Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas.....	42
Tabel 4.7 Hasil Uji Hipotesis I.....	42
Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis II.....	43
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis III.....	43

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Nilai PEF Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Kelompok I.....	40
Grafik 4.2 Nilai PEF Sebelum dan Setelah Perlakuan Pada Kelompok II.....	40
Grafik 4.3 Perbandingan Nilai Mean PEF Kelompok Perlakuan I dan II.....	41

DAFTAR SINGKATAN

PEF	= <i>Peak expiratory flow</i>
MIP	= <i>Maximum inspiratory pressure</i>
MEP	= <i>Maximum expiratory pressure</i>
PEP	= <i>Positive expiratory pressure</i>
WHO	= <i>World health organization</i>
DEPKES	= Departemen kesehatan
RISKESDAS	= Riset kesehatan dasar
CO	= <i>Carbon monoksida</i>
IL-8	= <i>Interleukin-8</i>
TNF- α	= <i>Tumor necrosis factor-alpha</i>
CSF	= <i>Colony stimulating factor</i>