



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Duri Ray Rikardus Rengga

NIM : 2015-66-099

Program Studi : S1 Fisioterapi (Eksekutif)

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul:

“PERBEDAAN EFEKTIFITAS LATIHAN *POSITIVE EXPIRATORY PRESSURE* DAN *CORE STABILITY* TERHADAP PENINGKATAN *PEAK EXPIRATORY FLOW (PEF)* PEROKOK”

Merupakan hasil karya sendiri dan bukan hasil plagiat skripsi orang lain. Bila dikemudian hari skripsi saya dengan judul seperti di atas terbukti merupakan hasil plagiat maka saya akan menerima sanksi yang ditetapkan universitas.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

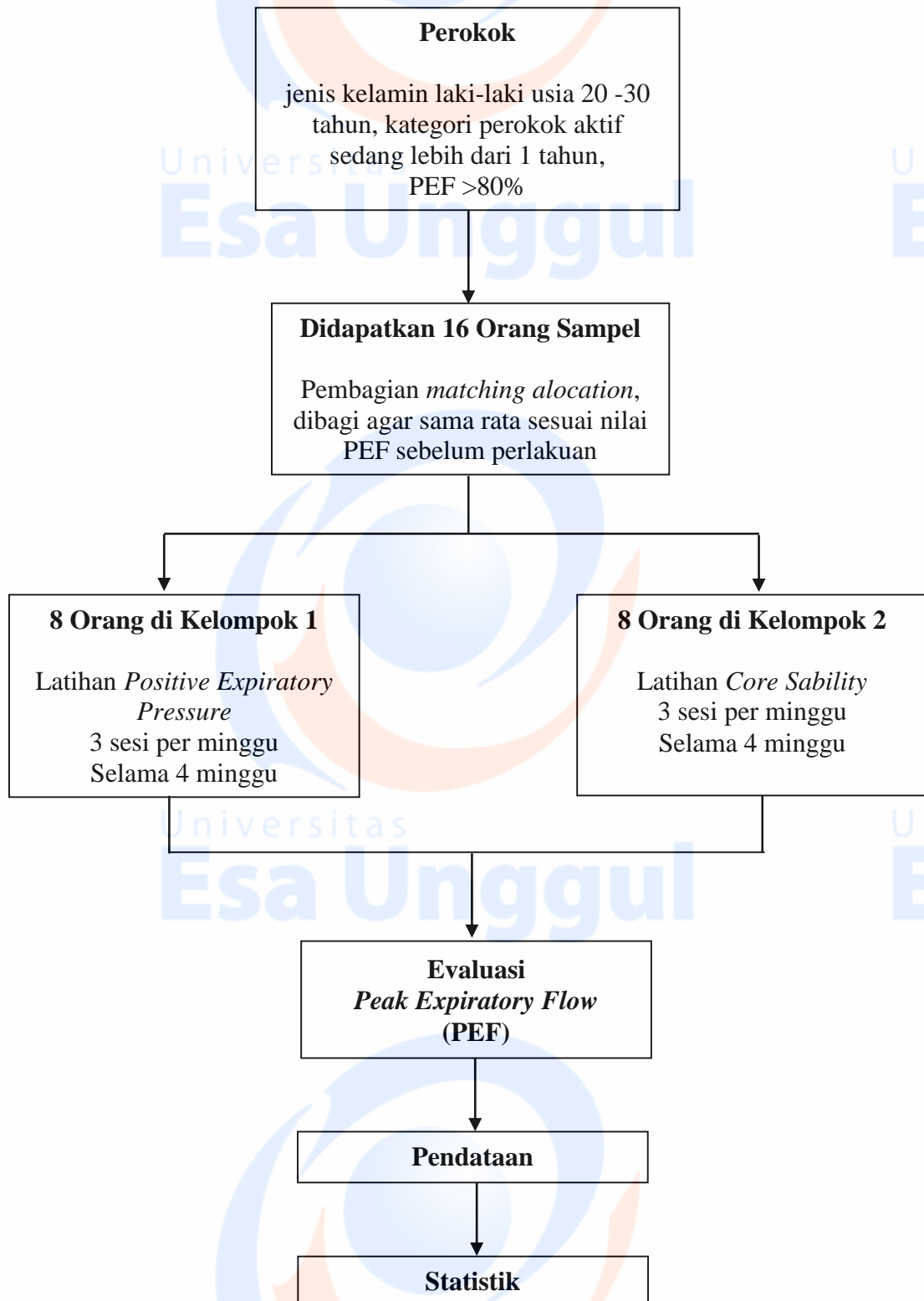
Jakarta, 2017

Saksi,
Fakultas Fisioterapi

Yang Menyatakan

Syahmirza Indra Lesmana, SKM,S.FT,M.OR
Dekan

Duri Ray Rikardus Rengga
Mahasiswa

ALUR PENELITIAN

SURAT PERSETUJUAN MENJADI SUBYEK PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Tinggi & Berat Badan :

Alamat :

No. Telepon :

Dengan ini saya menyatakan telah bersedia untuk menjadi subyek penelitian yang berjudul, “**Perbedaan Efektifitas Latihan *Positive Expiratory Pressure Dan Core Stability Terhadap Peningkatan Peak Expiratory Flow (PEF) Perokok***”, yang dilaksanakan pada bulan Januari – Februari 2017.

Saya telah mendapatkan penjelasan dari peneliti tentang tujuan peneliti, dan cara pelaksanaannya serta telah melengkapi pertanyaan tentang kondisi saya, maka demi manfaat bagi keilmuan fisioterapi, saya menyatakan bahwa :

1. Memahami sepenuhnya tujuan dan manfaat penelitian ini,
2. Bersedia ikut serta dalam program latihan yang sudah ditentukan.
3. Bersedia untuk menjalankan petunjuk atau prosedur penelitian yang diberikan, dengan bersungguh-sungguh dan bertanggung jawab,
4. Bersedia menghubungi peneliti, apabila ada hal-hal yang kurang dimengerti serta melapor kepada peneliti apabila ada keluhan-keluhan yang muncul selama maupun setelah pelaksanaan program latihan yang diberikan,

5. Tidak membebani peneliti, berkaitan dengan biaya dan keluhan, di luar hal-hal yang berhubungan dengan program dan prosedur dalam penelitian.

Demikian surat pernyataan kesediaan mengikuti program latihan ini kami setujui, tanpa paksaan dari pihak manapun, untuk menjadi pegangan bagi peneliti dan pihak berkepentingan dalam penelitian ini.

Jakarta, ... Januari 2017

Pemberi Penjelasan
Peneliti

Pembuat Pernyataan
Subyek Penelitian

(.....)

(.....)

LEMBAR PERTANYAAN

Nama :

Usia :

Tinggi Badan :

Pekerjaan :

Apakah anda merokok?

Sudah berapa lama anda merokok?

Berapa jumlah batang rokok yang anda hisap dalam sehari?

Apakah anda memiliki riwayat penyakit berikut?

1. Asma :

2. Pneumotorak :

3. Fraktur torakal:

4. Ablasio retina :

5. Stroke :

6. Jantung :

Apakah anda rutin berolahraga?

Apakah anda melakukan fitness rutin di luar penelitian ini?

Berdasarkan pertanyaan di atas, anda Termasuk/Tidak Termasuk dalam kriteria pemilihan sampel penelitian “Perbedaan Efektifitas Latihan *Positive Expiratory Pressure* dan *Core Stability* Terhadap Peningkatan *Peak Expiratory Flow* (PEF) Perokok”.

Jakarta, Januari 2017

Yang Membuat Pernyataan

(.....)

LEMBAR DATA PEF SAMPEL

1. Hasil Pengukuran Peak Flow Meter

Kelompok Perlakuan I

No	Nama/ Usia/ TB	PEF sebelum perlakuan		PEF setelah perlakuan	
		(L/mnt)	(L/dtk)	(L/mnt)	(L/dtk)
1	EP/ 27/ 170	540	9,00	580	9,66
2	AM/ 23/ 172	550	9,16	600	10,00
3	DA/ 23/ 164	550	9,16	580	9,66
4	LA/ 21/ 168	560	9,33	600	10,00
5	JK/ 21/ 170	580	9,66	620	10,33
6	SU/ 24/ 168	580	9,66	630	10,50
7	DF/ 25/ 180	650	10,83	700	11,66
8	YD/ 29/ 178	590	9,83	630	10,50

Kelompok Perlakuan II

No	Nama/ Usia/ TB	PEF sebelum perlakuan		PEF setelah perlakuan	
		(L/mnt)	(L/dtk)	(L/mnt)	(L/dtk)
1	SS/ 25/ 170	590	9,83	640	10,66
2	PT/ 27/ 167	500	8,33	560	9,33
3	JP/ 21/ 175	610	10,16	660	11,00
4	R/ 24/ 168	570	9,50	630	10,50
5	NJ/ 27/ 170	600	10,00	650	10,83
6	BR/ 29/ 166	520	8,66	580	9,66
7	AT/ 27/ 168	560	9,33	620	10,33
8	AS/ 26/ 181	620	10,33	690	11,50

2. Selisih PEF Sebelum dan Setelah Perlakuan

Kelompok Perlakuan I

No	Nama/ Usia/ TB	PEF (L/dtk) sebelum	PEF (L/dtk) setelah	Selisih
1	EP/ 27/ 170	9,00	9,66	0,66
2	AM/ 23/ 172	9,16	10,00	0,84
3	DA/ 23/ 164	9,16	9,66	0,50
4	LA/ 21/ 168	9,33	10,00	0,67
5	JK/ 21/ 170	9,66	10,33	0,67
6	SU/ 24/ 168	9,66	10,50	0,84
7	DF/ 25/ 180	10,83	11,66	0,83
8	YD/ 29/ 178	9,83	10,50	0,67

Kelompok Perlakuan II

No	Nama/ Usia/ TB	PEF (L/dtk) sebelum	PEF (L/dtk) setelah	Selisih
1	SS/ 25/ 170	9,83	10,66	0,83
2	PT/ 27/ 167	8,33	9,33	1,00
3	JP/ 21/ 175	10,16	11,00	0,84
4	R/ 24/ 168	9,50	10,50	1,00
5	NJ/ 27/ 170	10,00	10,83	0,83
6	BR/ 29/ 166	8,66	9,66	1,00
7	AT/ 27/ 168	9,33	10,33	1,00
8	AS/ 26/ 181	10,33	11,50	1,17

3. Persentasi Penurunan PEF

Kelompok Perlakuan I

No	Nama/ Usia/ TB	PEF Prediksi	PEF Sebelum Perlakuan	Penurunan (%)
1	EP/ 27/ 170	10,95	9,00	82,19%
2	AM/ 23/ 172	10,90	9,16	84,04%
3	DA 23/ 164	10,00	9,16	91,60%
4	LA/ 21/ 168	10,29	9,33	90,67%
5	JK/ 21/ 170	10,51	9,66	91,91%
6	SU/ 24/ 168	10,53	9,66	91,74%
7	DF/ 25/ 180	11,92	10,83	90,86%
8	YD/ 29/178	11,93	9,83	82,40%

Kelompok Perlakuan II

No	Nama/ Usia/ TB	PEF Prediksi	PEF Sebelum Perlakuan	Penurunan (%)
1	SS/ 25/ 170	10,82	9,83	90,85%
2	PT/ 27/ 167	10,38	8,33	80,25%
3	JP/ 21/ 175	11,07	10,16	91,78%
4	R/ 24/ 168	10,53	9,50	90,22%
5	NJ/ 27/ 170	10,95	10,00	91,32%
6	BR/ 29/ 166	10,60	8,66	81,70%
7	AT/ 27/ 168	10,72	9,33	87,03%
8	AS/ 26/ 181	12,10	10,33	85,37%

LEMBAR INDEKS BRINKMAN SAMPEL**Kelompok Perlakuan I**

No	Nama/ Usia/ TB	Batang Rokok per hari	Lama Merokok	Indeks Brinkman
1	EP/ 27/ 170	12	10	120
2	AM/ 23/ 172	12	7	84
3	DA/ 23/ 164	12	8	96
4	LA/ 21/ 168	12	5	60
5	JK/ 21/ 170	12	3	36
6	SU/ 24/ 168	12	7	84
7	DF/ 25/ 180	12	7	84
8	YD/ 25/ 170	14	12	168

Kelompok Perlakuan II

No	Nama/ Usia/ TB	Batang Rokok per hari	Lama Merokok	Indeks Brinkman
1	SS/ 25/ 170	12	7	84
2	PT/ 27/ 167	16	10	160
3	JP/ 21/ 175	12	4	48
4	R/ 24/ 168	12	5	60
5	NJ/ 27/ 170	14	6	84
6	BR/ 29/ 166	12	9	108
7	AT/ 27/ 168	12	7	84
8	AS/ 26/ 181	12	5	60

Uji Normalitas

Tests of Normality

	kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
sebelum_perlakuan	Kelompok Perlakuan I	,209	8	,200*	,850	8	,096
	Kelompok Perlakuan II	,169	8	,200*	,925	8	,469
setelah_perlakuan	Kelompok Perlakuan I	,247	8	,164	,855	8	,106
	Kelompok Perlakuan II	,168	8	,200*	,965	8	,856
selisih	Kelompok Perlakuan I	,256	8	,130	,848	8	,092
	Kelompok Perlakuan II	,261	8	,116	,838	8	,071

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

sebelum_perlakuan

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,582	1	14	,458

Uji Hipotesis I dan II

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	sebelum_perlakuanI	9,6067	9	,55290	,18430
	setelah_perlakuanI	10,3300	9	,61758	,20586
Pair 2	sebelum_perlakuanII	9,5522	9	,67742	,22581
	setelah_perlakuanII	10,4789	9	,65991	,21997

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	sebelum_perlakuanI - setelah_perlakuanI	-,72333	,11853	,03951	-,81445	-,63222	-18,307	8	,000
Pair 2	sebelum_perlakuanII - setelah_perlakuanII	-,92667	,14697	,04899	-1,03964	-,81370	-18,916	8	,000

Uji Hipotesis III

Group Statistics

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Selisih_PEF	Kelompok Perlakuan I	8	,7100	,11928	,04217
	Kelompok Perlakuan II	8	,9588	,11874	,04198

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Selisih_PEF	Equal variances assumed	,001	,977	-4,180	14	,001	-,24875	,05951	-,37638	-,12112
	Equal variances not assumed			-4,180	14,000	,001	-,24875	,05951	-,37638	-,12112