

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL .....                                | hlm  |
| ABSTRAK .....                                      | i    |
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                            | iii  |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                            | iv   |
| KATA PENGANTAR .....                               | v    |
| DAFTAR ISI.....                                    | vi   |
| DAFTAR TABEL .....                                 | ix   |
| DAFTAR GAMBAR .....                                | x    |
| DAFTAR SKEMA .....                                 | xi   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                              | xii  |
| DAFTAR SINGKATAN .....                             | xiii |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                           |      |
| A. Latar Belakang .....                            | 1    |
| B. Identifikasi Masalah .....                      | 6    |
| C. Perumusan Masalah .....                         | 8    |
| D. Tujuan Penelitian .....                         | 8    |
| E. Manfaat Penelitian .....                        | 9    |
| 1. Bagi Peneliti dan Fisioterapis.....             | 9    |
| 2. Bagi Pendidikan .....                           | 9    |
| 3. Bagi Institusi Lains .....                      | 9    |
| <b>BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS</b>         |      |
| A. Deskripsi Teori.....                            | 10   |
| 1. VO2 Max .....                                   | 10   |
| a. Definisi.....                                   | 10   |
| b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi VO2 Max .....   | 11   |
| c. Instrumen Pengukuran VO2 Max .....              | 12   |
| 2. Arus Puncak Ekspirasi (APE).....                | 13   |
| a. Definisi .....                                  | 13   |
| b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nilai APE ..... | 14   |
| c. Instrumen Pengukuran APE .....                  | 15   |
| 3. Anatomi dan Fisiologi .....                     | 17   |

|                                  |   |    |
|----------------------------------|---|----|
| a.                               | Anatomi Jantung .....   | 17 |
| 1)                               | Jantung .....   | 17 |
| 2)                               | Sirkulasi .....   | 19 |
| 3)                               | Fisiologi Jantung .....   | 20 |
| b.                               | Anatomi Sistem pernapasan .....                                   | 21 |
| 1)                               | Sistem Pernapasan .....   | 22 |
| a)                               | Zona Konduksi .....   | 23 |
| (1)                              | Hidung .....  | 23 |
| (2)                              | Faring .....  | 24 |
| (3)                              | Laring .....  | 25 |
| (4)                              | Trakea .....  | 25 |
| (5)                              | Bronkus .....   | 26 |
| (6)                              | Paru-paru .....   | 27 |
| b)                               | Zona Respiratorik .....   | 28 |
| (1)                              | Bronkiolus .....  | 29 |
| (2)                              | Alveolus .....  | 29 |
| 2)                               | Otot-otot Pernapasan .....  | 31 |
| 3)                               | Fisiologi Pernapasan .....  | 32 |
| 4)                               | Mekanisme Pernapasan .....  | 34 |
| 4.                               | Konsumsi Rokok .....  | 35 |
| a.                               | Definisi Rokok .....  | 35 |
| b.                               | Zat yang Terkandung dalam Rokok .....                             | 35 |
| c.                               | Jenis Rokok dan Tipe Perokok .....                                | 37 |
| d.                               | Pengaruh Konsumsi Batang Rokok terhadap VO <sub>2</sub> max ..... | 38 |
| e.                               | Pengaruh Konsumsi Batang Rokok terhadap APE .....                 | 39 |
| B.                               | Kerangka Berpikir .....   | 40 |
| C.                               | Kerangka Konsep .....   | 43 |
| D.                               | Hipotesis .....   | 43 |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b> |   |    |
| A.                               | Tempat dan Waktu Penelitian .....                                 | 44 |
| 1.                               | Tempat Penelitian .....   | 44 |
| 2.                               | Waktu Penelitian .....  | 44 |

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| B. Metode penelitian.....        | 44        |
| C. Populasi dan Sampel.....      | 44        |
| D. Instrumen Penelitian.....     | 45        |
| E. Teknik Analisis Data.....     | 47        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>   |           |
| A. Deskripsi Data.....           | 49        |
| B. Uji Persyaratan Analisis..... | 52        |
| 1. Uji Normalitas.....           | 52        |
| 2. Uji Homogenitas.....          | 53        |
| C. Pengujian Hipotesis.....      | 53        |
| <b>BAB V PEMBAHASAN</b>          |           |
| A. Hasil Penelitian.....         | 55        |
| B. Keterbatasan Penelitian.....  | 59        |
| <b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN</b> |           |
| A. Kesimpulan.....               | 61        |
| B. Saran.....                    | 61        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>       | <b>62</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                  |           |