

Lampiran 1. Lembar Informasi

LAMPIRAN

“Perbedaan Efektifitas Pemberian Latihan Berjalan dengan Senam Aerobik dalam Meningkatkan VO2 Max pada Pasien Skizofrenia di RSJ. Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta”

Saya adalah mahasiswi Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul sedang melakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan efektifitas pemberian latihan berjalan dengan senam aerobik dalam meningkatkan volume oksigen maksimal latihan, mengundang saudara untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, keikutsertaan saudara dalam penelitian ini bersifat sukarela, jadi saudara dapat memutuskan apakah bersedia untuk berpartisipasi atau sebaliknya.

Tujuan Penelitian:

Untuk mengetahui perbedaan efektifitas pemberian latihan berjalan dengan senam aerobik dalam meningkatkan volume oksigen maksimal latihan pada pasien skizofrenia.

Mengapa Subjek terpilih:

Saudara terpilih sebagai subjek penelitian karena merupakan klien daycare yang terdaftar di Instalasi Rehabilitasi RSJ. Dr. Soeharto Heerdjan serta mengikuti pelatihan kerja secara rutin.

Tata Cara/Prosedur:

Penelitian ini mencakup kuesioner, pemeriksaan fisik dan latihan berjalan dan senam aerobik berdasarkan instruksi dari peneliti yang tidak membahayakan terhadap subjek. Dalam pelaksanaan penelitian peneliti terlebih dahulu akan mengukur volume oksigen maksimal latihan subjek dengan berlari mengelilingi lapangan voli yang ada di halaman rumah sakit selama 12 menit. Selanjutnya pada jadwal latihan yang sudah disepakati peneliti akan selalu melakukan prosedur pemeriksaan mulai dari mengukur berat badan, tekanan darah, nadi istirahat, (sebelum latihan dan setelah latihan). Penelitian ini akan dilakukan selama 6 minggu dan diberikan 3 kali latihan per minggu dengan waktu latihan

maksimal 50 menit per latihan. Di akhir penelitian peneliti kembali mengukur volume oksigen maksimal latihan dengan prosedur yang sama di awal penelitian.

Risiko dan ketidaknyamanan:

Pada awal latihan beberapa individu merasakan ketidaknyamanan dalam melakukan latihan berjalan dan senam aerobik ini karena akan merasa jantung lebih cepat berdetak karena tidak biasa melakukan latihan.

Manfaat yang didapat oleh subjek:

Mendapatkan kebugaran yang lebih baik bila melakukan jadwal latihan sesuai dengan dosis yang diberikan oleh peneliti.

Prosedur alternatif:

Tidak ada

Kerahasiaan data:

Data yang didapatkan dari subjek penelitian baik biodata maupun hasil pemeriksaan dan observasi selama penelitian dijamin terjaga kerahasiaannya dan data yang bersifat pribadi tidak akan disebarluaskan. Hasil penelitian akan dipublikasikan tanpa identitas subjek penelitian.

Perkiraan jumlah subjek yang akan diikutsertakan:

Total subjek yang akan dibutuhkan dalam penelitian ini sebanyak 16 orang.

Kesukarelaan:

Keikutsertaan subjek dalam penelitian ini adalah suka rela dan tanpa adanya unsur paksaan ataupun tekanan. Saudara berhak memilih apakah saudara bersedia untuk berpartisipasi atau tidak dalam penelitian ini.

Subjek dapat mengundurkan diri/dikeluarkan dari penelitian:

Dalam tahap penelitian, apabila subjek merasa terbebani atau tidak nyaman dapat sewaktu-waktu mengundurkan diri dari penelitian. Subjek juga dapat sewaktu-waktu dikeluarkan dari penelitian apabila tidak melakukan latihan sesuai jadwal yang sudah disepakati.

Kemungkinan timbulnya pembiayaan dari perusahaan asuransi kesehatan atau peneliti apabila terjadi hal yang tidak diinginkan:

Tidak ada.

Insentif dan kompensasi:

Akan dijelaskan langsung bentuk dan jenis hadiah sebagai kompensasi yang akan diterima oleh subjek

Pertanyaan:

Jika ada hal yang kurang jelas ataupun informasi mengenai penelitian ini, saudara dapat menghubungi : Rolenta Sidabutar (telp. 081388266367)

Lampiran 2. Surat Pernyataan Persetujuan / Informed Consent

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN (SPP)
UNTUK IKUT SERTA DALAM PENELITIAN
(*INFORMED CONSENT*)

Yang bertanda tangan di bawah ini

Hari/tanggal :

Nama :

Umur :

Alamat :

Setelah mendengarkan penjelasan dari peneliti dan membaca lembar informasi tentang cara, tujuan, manfaat dan resiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta sewaktu waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaan dengan ini menyatakan :

1. Memahami sepenuhnya maksud dan tujuan penelitian, cara pelaksanaan dan konsekuensinya.
2. Bersedia untuk terlibat dalam penelitian ini dan mengikuti prosedur pelaksanaan penelitian.
3. Bersedia menandatangani lembar persetujuan yang ada.
4. Tidak akan menuntut pihak terkait apabila timbul resiko yang mungkin terjadi dalam pelaksanaan penelitian.

Jakarta,

Saksi

Yang membuat pernyataan

(.....) (.....)

Lampiran 3. Formulir Penilaian kognitif


Mini Mental Status Examination (MMSE)

Nama klien : No. Register :

Diagnosis : Tanggal Pemeriksaan :

No	Pertanyaan	Jawaban	Skor
1	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar a. Tahun berapa sekarang b. Musim apa skarang c. Tanggal berapa sekarang d. Hari apa sekarang e. Bulan apa sekarang		5
2	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar a. Kita berada di propinsi mana b. Kita berada di negara mana c. Kita berada di kota mana d. Kita ada di rumah sakit mana e. Saat ini kita berada di lantai berapa		5
3	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar Sebutkan 3 buah benda lalu minta klien menyebutkan kembali ke 3 benda tersebut		3
4	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar Minta klien untuk mengurangi angka 100		

	dengan 7, kemudian jumlah sisa tersebut dikurangi 7 lagi, sampai 5 kali pengulangan.		5
5	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar Minta klien menyebutkan lagi nama 3 benda yang telah disebutkan di atas.		3
6	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar Tunjukkan pada klien pensil dan jam tangan, minta klien untuk menyebutkan benda yang ditunjuk tersebut.		2
7	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar Minta klien untuk mengulang kalimat berikut “tidak bila, dan, atau tetapi		1
8	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar Minta klien mengikuti permintaan berikut: “peganglah kertas dengan tangan kanan. Lipat kertas tepat di tengah tengah. Letakkan kertas di lantai.		3
9	Berilah masing masing skor 1 untuk jawaban yang benar Minta klien untuk membaca kemudian mengerjakan apa yang dbaca. “PEJAMKAN MATA ANDA” tulis yang besar pada kertas.		1

10	Minta pasien untk menulis kalimat bebas. Bila mempunyai arti beri skor 1		1
11	Minta klien menggambar ulang sebagai berikut. Beri skor 1 Jika yang digambar benar. 		1
TOTAL SKOR		30.....

Skor 24 – 30 : tidak ada gangguan kognitif

Skor 18 – 23 : gangguan kognitif ringan

Skor 0 – 17 : gangguan kognitif berat

Lampiran 4 : Data Mentah Hasil Penelitian

PROGRAM LATIHAN BERJALAN																								
SAMPEL	USIA (tahun)	JENIS KELAMIN	BB (kg)		TB (m)	IMT	KOGNITIF	BP (mmHg)		HRR (BPM)		RR (BPM)		HR MAX (BPM)	TERAPI FARMASI	DOSIS LATIHAN PER MINGU						VO2 MAX PRE (ml/kg/mnt)	VO2 MAX POST (ml/kg/mnt)	SELISIH VO2 MAX
			PRE	POST				PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST			1	2	3	4	5	6			
			70% HRR (BPM)					75% HRR (BPM)		80% HRR (BPM)														
1	23	pria	49	50	1.64	18.22	29	115/70	112/80	69	78	14	15	197	Trihexiphenidyl (THP), abilify, Setraline	137.9	137.9	147.75	147.75	157.6	157.6	12.85	22.5	9.65
2	34	wanita	53	53	1.65	19.47	30	100/65	100/80	77	76	12	14	186	abilify, clozapine, depakot	130.2	130.2	139.5	139.5	148.8	148.8	12.85	20.09	7.24
3	28	pria	68	68	1.70	23.53	24	112/71	120/80	123	78	14	16	192	depakote, serequel	134.4	134.4	144	144	153.6	153.6	10.43	22.5	12.07
4	26	pria	95	92	1.71	32.49	23	106/84	125/80	111	75	12	17	194	lanzoprazole,	135.8	135.8	145.5	145.5	155.2	155.2	10.44	20.09	9.65
5	37	pria	64	64	1.67	22.95	27	124/79	120/80	77	78	14	14	183	resperidone, thp, Trifluferazine	128.1	128.1	137.25	137.25	146.4	146.4	11.64	20.09	8.45
6	25	pria	50	49	1.62	19.05	26	105/74	120/70	112	74	18	16	195	resperidone, thp, clozapine, fluxosin	136.5	136.5	146.25	146.25	156	156	12.85	18.8	5.95
7	35	pria	48	48	1.57	19.47	24	119/78	110/80	97	68	17	15	185	thp, abilify, resperidone	129.5	129.5	138.75	138.75	148	148	12.75	19.3	6.55

PROGRAM LATIHAN SENAM AEROBIK

SAMP L	USIA (tahun)	JENIS KELAMI N	BB (kg)		TB (m)	IMT	KOGNITI F	BP (mmHg)		HRR (BPM)		RR (BPM)		HR MAX (BPM)	TERAPI FARMASI	DOSIS LATIHAN PER MINGU						VO2 MAX PRE (ml/kg/mnt)	VO2 MAX POST (ml/kg/mnt)	SELISI H VO2 MAX						
			PRE	POS T				PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST			1	2	3	4	5	6									
																									70% HRR (BPM)		75% HRR (BPM)		80% HRR (BPM)	
1	32	pria	74	72	1.58	29.64	26	93/70	115/78	113	72	14	17	188	serequel, abilify, prolepsi	131.6	131.6	141	141	150.4	150.4	9.23	15.26	6.03						
2	42	wanita	55	55	1.51	24.12	30	115/73	120/80	94	75	12	17	178	resperidone, thp, clozapine	124.6	124.6	133.5	133.5	142.4	142.4	10.48	15.47	6.04						
3	45	pria	63	64	1.60	24.61	20	119/80	116/75	79	80	12	15	175	clozapine, thp, resperidone	122.5	122.5	131.25	131.25	140	140	12.85	21.3	8.45						
4	26	wanita	60	60	1.50	26.67	28	96/59	110/70	69	68	15	15	194	abilify	135.8	135.8	145.45	145.45	155.2	155.2	8.02	17.6	9.58						
5	23	pria	52	52	1.62	19.81	18	102/62	120/78	82	75	14	17	197	depakote	137.9	137.9	147.75	147.75	157.6	157.6	8.02	15.26	7.24						
6	23	pria	74	71	1.71	25.31	28	127/72	125/80	85	81	15	17	197	resperidone, thp, clozapine,	137.9	137.9	147.75	147.75	157.6	157.6	12.85	23.71	10.8						

Lampiran 5. Hasil Pengolahan Data dengan Menggunakan SPSS

1. Deskripsi Data dan Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VO2Max_pre1	7	10.43	14.05	12.1586	1.36761
VO2Max_posst1	7	18.80	22.50	20.7671	1.38653
VO2Max_selisih1	7	5.95	12.07	8.6086	2.03971
VO2Max_pre2	6	8.02	12.85	10.2333	2.21526
VO2Max_post2	6	15.26	23.71	18.2667	3.48091
VO2Max_selisih2	6	6.03	10.86	8.0333	1.95816
Valid N (listwise)	6				

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
VO2Max_pre1	.302	6	.093	.776	6	.036
VO2Max_posst1	.320	6	.055	.833	6	.115
VO2Max_selisih1	.185	6	.200*	.976	6	.928
VO2Max_pre2	.215	6	.200*	.850	6	.158
VO2Max_post2	.243	6	.200*	.862	6	.198
VO2Max_selisih2	.179	6	.200*	.923	6	.525

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

a. Lilliefors Significance Correction

2. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

VO2Max_pre

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.289	1	11	.159

3. Uji Hipotesis I dan II

Paired Samples Test

Pair	Paired Differences	95% Confidence Interval of the Difference					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
1	VO2Max_pre2 - VO2Max_post2	-8.03333	1.95816	.79942	-10.08830	-5.97837	-10.049	5	.000

Test Statistics^a

VO2Max_posst1 - VO2Max_pre1	
Z	-2.371 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

4. Uji Hipotesis III

Independent Samples Test

		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
VO2Max_Selisih	Equal variances assumed	.000	.983	.516	11	.616	.57524	1.11440	-1.87753	3.02801
	Equal variances not assumed			.518	10.824	.615	.57524	1.11059	-1.87402	3.02450

Lampiran 6. Dokumentasi

Hasil dokumentasi



Gambar 1 : Latihan berjalan



Gambar 2 : latihan senam aerobik

Lampiran 7. Surat Pemyataan

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rolenta Sidabutar

NIM- : 20180606073

Program Studi: SI Fisioterapi Fakultas Fisioterapi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul :

PERBEDAAN EFEKTIFITAS PEMBERIAN LATIHAN BERJALAN DENGAN SENAM AEROBIK DALAM MENINGKATKAN V02 MAX PADA PASIEN SKIZOFRENIA DI RSJ.DR.SOEHARTO HEERDJAN JAKARTA

Merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan hasil plagiat skripsi orang lain. Bila dikemudian hari skripsi saya dengan judul di atas terbukti merupakan hasil plagiat maka Rektor Universitas Esa Unggul berhak membatalkan Gelar Sarjana Fisioterapi yang telah saya terima.

Saksi

Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa
Unggul



Syahmirza India Lesmana, SK.M, S.Ft , M.Or

Jak Februari 2020

Yang membuat pemyataan



Rolenta Sidabutar

Lampiran 8. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Rolenta Sidabutar
Tempat/ Tanggal Lahir : Negeri Malela, 04 Juli 1973
Agama : Kristen
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Merpati VI Jatisari-Jatiasih-Bekasi
Email : rolentasadabutar9@gmail.com
No.Telp : 081388266367

Riwayat Pendidikan :

Tahun 1979-1985 : SDN 091675 Bah Gunung Sumatera Utara
Tahun 1985-1988 : SMPN 1 Serbelawan Sumatera Utara
Tahun 1988-1991 : SMA Swasta Rk Bintang Timur Sumatera Utara
Tahun 1991-1996 : Akademi fisioterapi Univesitas Kristen Indonesia
Jakarta
Tahun 2018-2020 : Fakultas Fisioterapi, Program Fisioterapi Studi S1
Fisioterapi, Universitas Esa Unggul.



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
DIREKTORAT JENDERAL PELAYANAN KESEHATAN
RUMAH SAKIT JIWA Dr SOEHARTO HEERDJAN

Jln. Prof. Dr. Latumenten No. 1, Jakarta 11460 Telp. 021- 5682841 - 43, Fax : 021- 5682842
Website : <https://rsjsh.co.id>, Email : rsjsh.jk@rsjshco.id



Nomor : U M . 01 . 071) (IV ' tJLf3 S-1 Q.b.l...D
Hai : Pelaksanaan Penelitian

24 Januari 2020

Yth, Dekan Fakultas Fisioterapi
Universitas Esa Unggul
Jl. Arjuna Utara 9, To! Tornang,
Kebon Jeruk Jakarta 11510

Menjawab surat No. 03/UEU/Fisioterapi/EKS/XII/2019 tanggal 6 Desember 2019 tentang Permohonan Ijin Penelitian di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan, pada prinsipnya kami menyetujui dilaksanakan oleh peserta didik :

Nama	Rolenta Sidabutar
NIM	20180606073
Judul	" Perbedaan Efektifitas Pemberian Latihan Berjalan dengan Senam Aerobik dalam Peningkatan Vo2max pada Pasien Skizofrenia RSJ Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta"

Pembimbing pelaksanaan penelitian **dr. Ananditya Sukma Dewi Utami, Sp.KJ**, Kami informasikan bahwa pada pelaksanaannya tidak dikenakan biaya.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.



Direktur Utama,
dr. Laurentius Panggabean, Sp.KJ, MKK
NIP. 196209111989101001

Tembusan:

1. Ka. Instalasi Diklat Litbang
2. dr. Ananditya Sukma Dewi Utami, Sp.KJ

Nama
N.I.M
Judul Skripsi

: ROI Q.n.+ci .S.idab utctr
: Q Ltto_G a fu o t3 ?
: r -!o- O..00 t.ta.Uit.w-; + amb ct0 o n K tdyI 1 /
: Tra:} m.l:l Qcr of J Jl.rncun /fQrota.:le.- Da}om
: Ate> clu cO tco\ s st .M...f.S./ f-r.:3.S..... -----
: Wa U..d d, n \$s...:fT, Ms c., i>J:L:Q -----






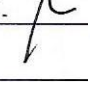
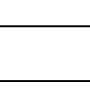


Pembimbing I
Pembimbing II

NO.	RARI / TGL	MATERI KONSULTASI	NAMA PEMBIMBING	PARAF
1	Senin/26-8-19	Bab I + Judul	Abdurrasjid Sst.M.Fis	
2	Senin/26-8-19	Bab I	Wahyudin Sst.FT.nsc.Phd	
1	Rabu/11-9-19	Bab I + Judul	Wahyudin Sst.FT.M.Sc.Phd	
2	Senin/16-9-19	Judul dan Bab I	Abdurrasjid Sst.M.Fis	
3	Salasa/17-9-19	Revisi bab I	Abdurrasjid Sst.M.Fis	
4	Senin/23-9-19	Mulai bab II	Abdurrasjid Sst.M.Fis	
5	Kamis/26-9-19	Bab I selesai + lanjut bab II	Wahyudin Sst.FT.M.Sc.Phd	
6	Kamis/10-10-19	Revisi bab II	Wahyudin Sst.FT.M.Sc.Phd	
7	Salasa/15-10-19	Revisi bab II	Abdurrasjid Sst.M.Fis	
8	Rabu/23-10-19	Revisi bab III + BAB III	Wahyudin Sst.FT.M.Sc.Phd	
9	Kamis/24-10-19	Revisi bab III + BAB III	Abdurrasjid Sst.M.Fis	
10	Senin/4-11-19	Revisi BAB III dan Revisi → Ace	Wahyudin Sst.FT.M.Sc.Phd	
11	Senin/4-11-19	Revisi BAB III dan defter II	Abdurrasjid Sst.M.Fis	

Catatan:

- Bimbingan skripsi minimal 8 (delapan) kali. Formulir dapat difotokopi sesuai kebutuhan
- Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian sidang

Nama : Rolanta Sidabutar
 N.I.M : 20180606093
 Judul Skripsi : Perbedaan Efektifitas pemberian Latihan Bayalan Dengan Senam Aerobik Dalam Meningkatkan VO_2max pada pasien Skizofrenia di RSJ-Dr. Jopharto Hoesdjan
 Pembimbing I : Abdurasyid Sst.Ft.M.Fis
 Pembimbing II : Wahyudin, Sst.Ft.MSc.PhD

NO.	RARI / TGL	MATERI KONSULTASI	NAMA PEMBIMBING	PARAF
12	Komin/7-11-19	Isi disetujui	Abdurasyid Sst.Ft.M.Fis	
13	Senin/27-1-20	Cara pengumpulan data.	Abdurasyid Sst.Ft.M.Fis	
14	Sabtu/9-2-20	Konsul bab 4 & Bab 5.	Abdurasyid Sst.Ft.M.Fis	
15	Senin/10-2-20	Bab 4 & revisi bab 5.	Abdurasyid Sst.Ft.M.Fis	
16	Rabu/12-2-20	Bab 4 dan bab 5	Wahyudin, Sst.Ft.MSc,Phd.	
17	Kamis/13-2-20	Bab 4 dan 5 Revisi	Wahyudin, Sst.Ft.MSc	
18	Kamis/14-2-20	Konsul lengkap	Abdurasyid Sst.Ft.M.Fis	
19	Sabtu/15-2-20	Konsul jalani & Validasi	Abdurasyid Sst.Ft.M.Fis	
20	Senin/17-2-20	Konsul dan validasi	Wahyudin, Sst.Ft.MSc.PhD.	

Catatan:

- Bimbingan skripsi minimal 8 (delapan) kali. *Formulir dapat difotokopi sesuai kebutuhan*
- Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian sidang