

LAMPIRAN

KUESIONER PENELITIAN

Selamat pagi/siang/sore

Saya adalah mahasiswa Strata 1 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul yang sedang menyusun skripsi saya yang berjudul Persamaan Penurunan Berat Badan Remaja Yang Melakukan Latihan Treadmil dan Latihan Sepeda Statik. Dalam rangka pembuatan skripsi ini saya mohon bantuan dan kesediaannya untuk memberikan jawaban yang sesungguhnya. Saya akan menjamin kerahasiaan data yang saudara/saudari berikut, karena jawaban tersebut hanya sebagai bahan penelitian dan tidak dipublikasikan. Sebelum mengisinya, anda diminta membaca dengan seksama petunjuk pengisian.

Petunjuk :

1. Jawablah dengan jujur semua pertanyaan dibawah ini.
2. Jawablah pertanyaan dibawah ini secara berurutan.

Nama Lengkap :

Alamat :

Status (single/Merid) :

Usia :

PERTANYAAN

1. Apakah anda merasa kegemukan/obesitas ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah anda merasa tidak nyaman dengan berat badan yang berlebih ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Alat apa yang sering anda gunakan selama fitnes ?
 - a. Treadmil
 - b. Sepeda Statik

4. Menurut anda alat mana yang lebih cepet untuk menurunkan berat badan?
 - a. Treadmil
 - b. Sepeda Statik
5. Apakah anda rutin melakukan latihan Treadmil dan latihan Sepeda Statik seminggu 3 kali ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Jika anda rutin melakukan Latihan Treadmil dan Latihan Sepeda Statik, apakah anda sudah merasa berat badan anda turun ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
7. Berapa lama anda malakukan Latihan Treadmil ?
 - a. 30 menit
 - b. 60 menit
8. Berapa lama anda melakukan Latihan Sepeda Statik ?
 - a. 30 menit
 - b. 60 menit
9. Dari kedua latihan tersebut, manakah yang lebih efesien untuk menurunkan berat badan dalam waktu sebulan ?
 - a. Treadmil
 - b. Sepeda Statik
10. Sudah turun berapa kg berat badan anda selama menjadi sampel saya dalam penelitian ini yang berjudul perbedaan penurunan berat badan remaja yang menggunakan latihan treadmill dan latihan sepeda statik ?

Saya mohon kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian saya. Jika anda tidak berpartisipasi, anda memiliki hak untuk tidak mengisi pertanyaan ini. Tidak ada konsekuensi negetif yang anda terima atas keputusan tersebut.

Saya, _____, memahami bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini dilakukan dengan sukarela tanpa paksaan dari siapapun.

Jakarta

Surat Persetujuan Menjadi Sample Penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

No. Tlpn :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini. Oleh katena itu saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sample penelitian dan mengikuti setiap prosedur penelitian sebanyak 3 kali dalam seminggu. Sesuai penjelasan yang diberikan oleh peneliti dengan penelitian yang berjudul :

**“ PERSAMAAN PENURUNAN BERAT BADAN REMAJA YANG MELAKUKAN
LATIHAN TREADMIL DAN LATIHAN SEPEDA STATIK “**

Demikian surat pernyataan ini saya setuju untuk dapat digunakan sebagaimana sedtinya

Jakarta, Maret 2013

Yang membuat pernyataan

Sample Penelitian

Peneliti

Devie Silvia Herdiana

Data Uji hipotesisi I

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum	69,7333	15	10,00333	2,58285
	Sesudah	66,8000	15	9,68946	2,50181
Pair 2	Selisih	2,9333	15	,96115	,24817
	kelompok I	1,0000	15	,00000	,00000

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 sebelum & sesudah	15	,996	,000
Pair 2 selisih & kelompok I	15	.	.

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 - sesudah	2,93333	,96115	,24817	2,40107	3,46560	11,820	14	,000
Pair 2	selisih - kelompok I	1,93333	,96115	,24817	1,40107	2,46560	7,790	14	,000

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 - sesudah	2,93333	,96115	,24817	2,40107	3,46560	11,820	14	,000

Niali Normalitas Uji Perlakuan I

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum	,179	15	,200*	,904	15	,110
Sesudah	,186	15	,173	,918	15	,181
Selisih	,234	15	,026	,844	15	,014

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

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Normalitas Kelompok Perlakuan II

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	sebelum	70,0667	15	7,56370	1,95294
	sesudah	68,2000	15	7,39884	1,91037
Pair 2	selisi	1,8667	15	,51640	,13333
	kelompok	2,0000	15	,00000	,00000

Nilai Hipotesis perlakuan II

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum	70,0667	15	7,56370	1,95294
	Sesudah	68,2000	15	7,39884	1,91037

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	-	1,8666	,51640	,13333	1,58070	2,15264	14,000	14	,000
	sesudah	7								
Pair 2	selisi	-		,51640	,13333	-,41930	,15264	-1,000	14	,334
	kelompok	-	,13333							

Nilai Homogenitas

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	sebelum	69,9000	30	8,71523	1,59118
	sesudah	67,5000	30	8,50051	1,55197

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	-	2,40000	,93218	,17019	2,0519	2,74808	14,102	29	,000
	sesudah	-				2				

Group Statistics

	kelompok I	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
sebelum	1	15	69,7333	10,00333	2,58285
	2,00	15	70,0667	7,56370	1,95294
sesudah	1	15	66,8000	9,68946	2,50181
	2,00	15	68,2000	7,39884	1,91037
selisih	1	15	2,9333	,96115	,24817
	2,00	15	1,8667	,51640	,13333

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
sebelum	Equal variances assumed	1,585	,218	-,103	28	,919	-,33333	3,23807	-6,96621	6,29955
	Equal variances not assumed			-,103	26,065	,919	-,33333	3,23807	-6,98847	6,32181
sesudah	Equal variances assumed	1,342	,257	-,445	28	,660	-1,40000	3,14779	-7,84795	5,04795
	Equal variances not assumed			-,445	26,184	,660	-1,40000	3,14779	-7,86816	5,06816
selisih	Equal variances assumed	5,168	,031	3,786	28	,001	1,06667	,28172	,48959	1,64374
	Equal variances not assumed			3,786	21,461	,001	1,06667	,28172	,48157	1,65177