

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NASKAH SOAL TUGAS AKHIR	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTO	vi
INTISARI	vii
KATA PENGANTAR	viii
UCAPAN TERIMA KASIH	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR NOTASI DAN SINGKATAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	2
1.3. Batasan Masalah	2
1.4. Tujuan Penelitian	3
1.5. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
BAB III LANDASAN TEORI	8
3.1. Antropometri	8
3.1.1. Definisi antropometri	8
3.1.2. Teknik pengukuran antropometri	8
3.2. Aktivitas Fisik	9
3.3. Penyakit Kardiovaskular	11
3.4. Telapak Kaki	12



3.4.1. Jenis-jenis bentuk telapak kaki	12
3.5. Denyut Jantung	13
3.6. Tekanan Darah	15
3.7. <i>Body Mass Index</i> (BMI)	17
3.8. Sistem Pengukuran	18
3.8.1. Definisi sistem pengukuran	18
3.8.2. Kesalahan (<i>error</i>) dalam pengukuran	19
3.9. Teknik Sampling	19
3.9.1. Teknik sampling random	19
3.9.2. Teknik sampling non-random	20
BAB IV METODE PENELITIAN	21
4.1. Subyek, Lokasi dan Waktu Penelitian	21
4.2. Populasi dan Sampel Penelitian	21
4.3. Instrumen Penelitian	22
4.4. Pengumpulan Data	24
4.5. Prosedur Penelitian	24
4.5.1. Pra eksperimen	24
4.5.2. Saat eksperimen	24
4.5.3. Setelah eksperimen	25
4.5.4. Pengolahan data	26
4.5.4.1. Uji kecukupan data	26
4.5.4.2. Uji kenormalan data	28
4.5.4.3. Uji signifikansi data parametrik (berdistribusi normal) t tidak berpasangan untuk variabel yang memiliki dua kelompok	29
4.5.4.4. Uji signifikansi data nonparametrik (tidak berdistribusi normal) mann-whitney untuk variabel yang memiliki dua kelompok	30
4.5.4.5. Uji signifikansi data parametrik <i>one way analysis of variance</i> (analisis varian satu arah) untuk variabel yang memiliki tiga kelompok	30



4.5.4.6. Uji signifikansi data nonparametrik <i>kruskal-wallis</i> untuk variabel yang memiliki tiga kelompok	31
4.5.4.7. Uji <i>Post Hoc</i> LSD (<i>Least Significant Different</i>) untuk Variabel yang memiliki tiga kelompok	32
4.5.4.8. Uji <i>Mann-Whitney</i> untuk variabel yang memiliki tiga kelompok	32
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	33
5.1. Karakteristik Subyek Penelitian	33
5.2. Hasil Pengukuran Denyut Jantung, Tekanan Darah Sistolik dan Tekanan Darah Diastolik (Pra/Sebelum, Saat dan Pasca/ Setelah Eksperimen) Serta Analisis Menggunakan Uji Statistik	38
5.2.1. Uji kecukupan data	38
5.2.2. Uji kenormalan data	40
5.2.3. Hasil pengukuran denyut jantung dan uji signifikansi dengan alat uji statistik	41
5.2.4. Hasil pengukuran tekanan darah sistolik dan diastolik serta uji signifikansi dengan alat uji statistik	50
5.3. Pembahasan	60
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	64
6.1. Kesimpulan	64
6.2. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	69