

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NASKAH SOAL TUGAS AKHIR	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR NOTASI DAN SINGKATAN	xv
INTISARI	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Batasan Masalah	3
1.4. Tujuan Penelitian	4
1.5. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
BAB III LANDASAN TEORI	
3.1. Tas	10
3.1.1. Pengertian, Perkembangan dan Bahan Tas	10
3.1.2. Jenis-jenis Tas	10
3.2. Index Massa Tubuh (<i>Body Mass Index</i> /BMI)	11
3.3. Kinerja Fisiologi Manusia	11

3.3.1. Denyut Jantung	12
3.3.2. Beban fisik dengan menggunakan denyut jantung	13
3.4. <i>Rating of Perceived Exertion</i> (RPE)	14

BAB IV METODE PENELITIAN

4.1. Subjek dan Lokasi Penelitian	17
4.2. Identifikasi Variabel Penelitian	18
4.3. Alat yang digunakan	18
4.4. Prosedur Penelitian	21
4.4.1. Desain Eksperimen	21
4.4.2. <i>Screening</i> Responden	23
4.4.3. <i>Pilot Study</i>	23
4.4.4. Pengambilan Data	23
4.4.5. Pengolahan Data	26
4.4.5.1. Uji Kecukupan Data	27
4.4.5.2. Uji Keseragaman Data	28
4.4.5.3. Uji Kenormalan Data	29
4.4.5.4. <i>Analysis of Variance</i> (ANOVA)	30

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1. Data Karakteristik Responden	33
5.2. Variasi Beban dan Kondisi Posisi Responden Terhadap Respon Denyut Jantung	34
5.2.1. Hasil Pengukuran Rata-rata Denyut Jantung	34
5.2.2. Pengujian Statistik Hasil Pengukuran Denyut Jantung	42
5.2.2.1. <i>Analysis of Variance</i> respon denyut jantung	43
5.3. Variasi Beban dan Kondisi Posisi Responden Terhadap Respon <i>Rating of Perceived Exertion</i>	46
5.3.1. Hasil Pengukuran <i>Rating of Perceived Exertion</i> (RPE)	46
5.3.2. Pengujian Statistik Hasil Pengukuran RPE	48
5.3.2.1. <i>Analysis of Variance</i> respon RPE	49

5.4.Hubungan Antara Denyut Jantung dan RPE	52
5.4. Pembahasan	54
BAB VI PENUTUP	
6.1 Kesimpulan	59
6.2. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	66