

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
NASKAH SOAL TUGAS AKHIR	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR NOTASI DAN SINGKATAN	xv
INTISARI	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Asumsi dan Batasan	4
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
BAB III LANDASAN TEORI	12
3.1 NIOSH <i>Lift Equation</i>	12
3.2 <i>Energy Expenditure</i>	19
3.3 Pengukuran <i>Energy Expenditure</i> berdasarkan Denyut Jantung Manusia	22
3.4 <i>Global Physical Activity Questionnaire</i> (GPAQ)	24
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	25
4.1 Subjek Penelitian	25

4.2 Alat dan Bahan	26
4.3 <i>Layout</i> Penelitian	28
4.5 Pelaksanaan Eksperimen	31
4.6 Pengolahan data	34
4.5.1 Uji Keseragaman data	36
4.5.2 Uji Normalitas	36
4.5.3 Uji <i>Paired T</i>	37
4.5.4 Uji Korelasi Pearson	38
4.5.5 Uji Regresi	39
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	40
5.1 Rekapitulasi Profil Responden	40
5.2 Pengaruh MAWL berdasarkan Kriteria Psikofisik terhadap Denyut Jantung dan <i>Energy Expenditure</i>	41
5.2.1 <i>Maximum Acceptable Weight of Lift</i> (MAWL) Kriteria Psikofisik	41
5.2.2 Pengaruh <i>Maximum Acceptable Weight of Lift</i> (MAWL) Kriteria Psikofisik terhadap Denyut Jantung	41
5.2.3 Pengaruh <i>Maximum Acceptable Weight of Lift</i> Psikofisik terhadap <i>Energy Expenditure</i>	44
5.3 Pengaruh Frekuensi terhadap Denyut Jantung Kerja dan <i>Energy Expenditure</i> Kerja	46
5.4 Validasi <i>Maximum Acceptable Weight of Lift</i> Kriteria Psikofisik Menggunakan Kriteria Fisiologi	48
5.5 Perbandingan <i>Maximum Acceptable Weight of Lift</i> berdasarkan Kriteria Psikofisik dengan Kriteria Fisiologi	50
5.6 Nilai <i>Load Constant</i> berdasarkan Kriteria Fisiologi	54
5.7 Pembahasan	55
5.7.1 Respon Fisiologi ketika Mengangkat MAWL	56
5.7.2 Perbandingan <i>Predicted</i> MAWL dan <i>Load Constant</i> berdasarkan Kriteria Fisiologi dengan Standar NIOSH	57
BAB VI PENUTUP	60
6.1 Kesimpulan	60

6.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
DAFTAR LAMPIRAN	66