

KARYA AKHIR

**PERBANDINGAN ANTARA EFEK LATIHAN *RESISTANCE*
DAN *ENDURANCE* TERHADAP PERSENTASE LEMAK
TUBUH DAN KEBUGARAN KARDIOPULMONAL PADA
REMAJA DENGAN OBESITAS**



Gustin Fat'aah Muhayani, dr

NIM. 011518166301

Pembimbing:

Dr. S.M Meiwulan, dr., Sp.KFR-K*

Martha Kurnia, dr., Sp.KFR*

*Staf Pengajar PPDS 1 Departemen/SMFKedokteran Fisik dan Rehabilitasi

**PROGRAM PENDIDIKAN DOKTER SPESIALIS 1
PROGRAM STUDI ILMU KEDOKTERAN FISIK DAN REHABILITASI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
RSUD Dr. SOETOMO SURABAYA**

2020

KARYA AKHIR

**PERBANDINGAN ANTARA EFEK LATIHAN *RESISTANCE*
DAN *ENDURANCE* TERHADAP PERSENTASE LEMAK
TUBUH DAN KEBUGARAN KARDIOPULMONAL
PADA REMAJA DENGAN OBESITAS**

Gustin Fat' aah Muhayani, dr
NIM. 011518166301

Pembimbing:

Dr. S.M Meiwulan, dr., Sp.KFR-K*

Martha Kurnia, dr., Sp.KFR*

*Staf Pengajar PPDS 1 Departemen/SMFKedokteran Fisik dan Rehabilitasi

**PROGRAM PENDIDIKAN DOKTER SPESIALIS 1
PROGRAM STUDI ILMU KEDOKTERAN FISIK DAN REHABILITASI
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
RSUD Dr. SOETOMO SURABAYA
2020**

HALAMAN PENGESAHAN

**PERBANDINGAN ANTARA EFEK LATIHAN *RESISTANCE* DAN
ENDURANCE TERHADAP PERSENTASE LEMAK TUBUH
DAN KEBUGARAN KARDIOPULMONAL PADA
REMAJA DENGAN OBESITAS**

Karya Akhir Dalam Rangka Memperoleh Tanda Keahlian
Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi
Pada Program Studi Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi
Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga
April 2020

Peneliti

Gustin Fat'ah Muhayani, dr.

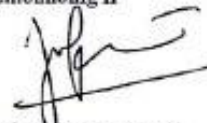
Pembimbing I



Dr. dr. S.M Meiwulan, Sp.KFR-K

NIP. 19560501 198403 2 003

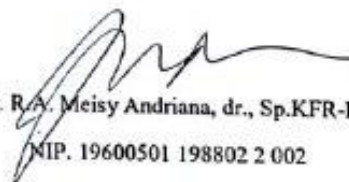
Pembimbing II



dr. Martha Rurnia, Sp.KFR

NIP. 19770302 201412 2 001

Koordinator Program Studi Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi
Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga



Dr. R.A. Meisy Andriana, dr., Sp.KFR-K

NIP. 19600501 198802 2 002

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Gustin Fat'aah Muhayani, dr

NIM : 011518166301

Program Studi : Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi.

Menyatakan bahwa karya akhir ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Yang menyatakan,



Gustin Fat,aah Muhayani dr.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucakan puji syukur kehadirat Alloh Subhaanahu Wa Ta'alaah atas karunia, bimbingan, dan pertolonganNya sehingga saya dapat menyelesaikan karya akhir mengenai **“Perbandingan Antara Efek Latihan *Resistance* Dan *Endurance* Terhadap Persentase Lemak Tubuh Dan Kebugaran Kardiopulmonal Pada Remaja Dengan Obesitas”**.

Pada kesempatan ini saya mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Mohammad Nasih, SE., M.T., Ak., CMA sebagai Rektor Universitas Airlangga Surabaya, yang telah memberi kesempatan dan fasilitas yang diperlukan dalam menyelesaikan karya akhir ini.
2. Prof. Dr. Soetojo, dr., Sp.U sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya, yang telah memberi kesempatan dan fasilitas yang diperlukan dalam menyelesaikan karya akhir ini.
3. Dr. Joni Wahyuhadi, dr., Sp. BS-K sebagai Direktur RSUD Dr. Soetomo Surabaya, yang telah memberi kesempatan dan fasilitas yang diperlukan dalam menyelesaikan karya akhir ini.
4. Dr. Ratna D Haryadi, dr., Sp.KFR-K sebagai guru dan staf pengajar senior Departemen/ SMF Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga / RSUD Dr. Soetomo Surabaya atas bimbingan, arahan, dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
5. Bayu Santoso, dr., Sp.KFR-K sebagai guru dan staf pengajar senior Departemen/ SMF Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya, atas bimbingan, arahan, dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
6. Prof. Dr. Hening L. Putra, dr., Sp.KFR-K sebagai guru dan staf pengajar senior Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/RSUD Dr. Soetomo Surabaya, atas bimbingan, arahan, dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
7. Dr. S.M. Mei Wulan, dr.Sp.KFR (K), sebagai Kepala Departemen/ SMF Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/

RSUD Dr. Soetomo Surabaya, guru dan staf pengajar senior Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya sekaligus pembimbing pertama karya akhir dan tesis saya, atas bimbingan, arahan, dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.

8. Nuniek Nugraheni S, dr., Sp.KFR-K sebagai Kepala Instalasi Rehabilitasi Medik RSUD Dr. Soetomo Surabaya, serta guru dan staf pengajar senior Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya, atas bimbingan, arahan, dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
9. Dr. Meisy Andriana, dr.,Sp.KFR-K sebagai Ketua Program Studi Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya, serta guru dan staf pengajar senior Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya atas bimbingan, arahan. dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
10. Dewi Poerwandari, dr., Sp.KFR-K sebagai Sekretaris Program Studi Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya serta guru dan staf pengajar Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya serta orang tua asuh saya, atas bimbingan, arahan, dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
11. Martha Kurnia K, Sp.KFR sebagai pembimbing kedua karya akhir saya, guru dan staf pengajar Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya, atas bimbingan, arahan, dan masukan selama pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
12. Dr. Soenarnatalina Melaniani, Ir.,MKes Staf Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya yang telah memberikan bimbingan metodologi penelitian dan statistik dalam karya akhir ini.

13. Seluruh staf pengajar Departemen/ SMF Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo yang telah memberikan bimbingan selama saya mengikuti pendidikan dan penyelesaian karya akhir ini.
14. Seluruh subyek penelitian saya, para remaja yang penuh semangat yang berkenan meluangkan waktu dan tenaganya untuk berpartisipasi dalam karya akhir ini.
15. Yang tercinta dan paling saya hormati, orang tua saya, bapak Zaini AR dan Rosihan Anwar, dan ibu Mariani, dan Yuldarmiana serta tersayang kakak saya Maz Isa Ansory Arsatt dan adek-adek terbaik Maz Junia Tatas Penauntha serta Maz Novian Purna Pawikane atas dukungan dan doa untuk saya selama ini.
16. Yang tercinta dan tersayang, suami saya Dedyan Renol dan putri saya Syifa Reyantifani Aisyah, atas doa dan dukungan, pengertian, curahan kasih sayang, perhatian, dan kesabaran mulai awal masa pendidikan hingga saat ini.
17. Teman sejawat Peserta PPDS I Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga/ RSUD Dr. Soetomo Surabaya, yang telah membantu dan memberikan dukungan penyelesaian karya akhir ini.
18. Seluruh fisioterapis, terapis okupasional, terapis wicara, ortotis dan prostetis, kesekretariatan, dan karyawan dan karyawan Instalasi Rehabilitasi Medik RSUD Dr. Soetomo Surabaya, yang telah membantu saya selama mengikuti program pendidikan dokter spesialis.

Saya menyadari sepenuhnya bahwa karya akhir ini masih jauh dari sempurna, karena itu saya mengharapkan saran yang akan bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan pelayanan masyarakat. Mohon maaf atas segala sikap dan tutur kata yang tidak berkenan selama menjalani masa pendidikan dokter spesialis Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi. Semoga ilmu yang saya terima selama ini dapat memberikan manfaat yang luas untuk meningkatkan pelayanan pasien.

Surabaya, April 2020

Peneliti

Gustin Fatáah Muhayani, dr.