

TESIS

**PENGARUH LATIHAN AEROBIK TERHADAP KAPASITAS
FAAL PARU ANGGOTA TNI AL
(Studi pada Anggota TNI AL Tugas Belajar di Sekolah Kesehatan
Angkatan Laut Surabaya)**



SULISTYANI

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM MAGISTER
PROGRAM STUDI KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA
SURABAYA
2015**

TESIS

**PENGARUH LATIHAN AEROBIK TERHADAP KAPASITAS
FAAL PARU ANGGOTA TNI AL
(Studi pada Anggota TNI AL Tugas Belajar di Sekolah Kesehatan
Angkatan Laut Surabaya)**



**SULISTYANI
NIM 101224253008**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM MAGISTER
PROGRAM STUDI KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA
SURABAYA
2015**

**PENGARUH LATIHAN AEROBIK TERHADAP KAPASITAS
FAAL PARU ANGGOTA TNI AL
(Studi pada Anggota TNI AL Tugas Belajar di Sekolah Kesehatan
Angkatan Laut Surabaya)**

TESIS

**Untuk memperoleh gelar Magister Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Program Studi Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga**

Oleh :

**SULISTYANI
NIM 101224253008**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM MAGISTER
PROGRAM STUDI KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA
SURABAYA
2015**

iii

PENGESAHAN

**Dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis
Program Studi Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
dan diterima untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar
Magister Kesehatan dan Keselamatan Kerja (M.KKK)
pada tanggal 30 Maret 2015**

Mengesahkan

**Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat**

Dekan,

**Prof. Dr. Tri Martiana, dr.,M.S.
NIP. 195603031987012001**

Tim Penguji :

Ketua : Prof. Dr. Tjipto Suwandi, dr., MOH., Sp.OK
Anggota : 1. Dr. Y. Denny Ardyanto W, Ir., M.S
2. Dr. T.P. Hutapea, dr.,Sp.P.,DTCE.,MARS
3. Dr. Elyana Asnar, dr., M.S
4. Dr. Diah Indriani, S.Si., Msi
5. Dr. Ririh Yudhastuti, drh., M.Sc

PERSETUJUAN

TESIS

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Magister Kesehatan dan Keselamatan Kerja (M.KKK)
Program Studi Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga**

Oleh :

**SULISTYANI
NIM 101224253008**

**Menyetujui,
Surabaya, tanggal 30 Maret 2015**

Pembimbing Ketua

Pembimbing

**Dr.Y. Denny Ardyanto W.,Ir.,MS
NIP 196312151998021001**

**Dr.T.P.Hutapea,dr.,Sp.P.,DTCE.,MARS
NIK 1009**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Kesehatan Dan Keselamatan Kerja**

**Dr. Y. Denny Ardyanto W., Ir., MS.
NIP 196312151998021001**

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah kami panjatkan kehadirat Allah SWT atas Karunia dan Hidayah-Nya, sehingga penyusunan tesis dengan judul **“Pengaruh Latihan Aerobik terhadap Kapasitas Faal Paru Anggota TNI AL (Studi pada Anggota TNI AL Tugas Belajar di Sekolah Kesehatan Angkatan Laut Surabaya)”**, ini dapat terselesaikan.

Tesis ini berisikan mengenai pengaruh latihan aerobik terhadap peningkatan kapasitas faal paru. Kapasitas faal paru yang baik akan berakibat pada peningkatan kesegaran jasmani, yang pada akhirnya berefek pada peningkatan produktivitas kerja. Hasil temuan pada penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara khusus untuk anggota TNI Angkatan Laut dan secara umum untuk masyarakat serta untuk pengembangan keilmuan pada lembaga pendidikan Prodi Kesehatan dan Keselamatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Dr. Y. Denny Ardyanto W, Ir., MS selaku pembimbing ketua yang dengan kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan, semangat dan saran hingga tesis ini bisa terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih tak terhingga juga saya sampaikan kepada Dr. Tahan Hutapea, dr., Sp.P., DTCE, MARS selaku pembimbing kedua yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi dan saran demi kesempurnaan tesis ini.

Dengan terselesaikannya tesis ini, perkenankan saya mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Rektor Universitas Airlangga, Prof. Dr. H. Fasich, Apt , atas kesempatan dan fasilitas yang telah diberikan kepada saya untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan program Magister Kesehatan dan Keselamatan Kerja di FKM Universitas Airlangga
2. Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, Prof. Dr. Tri Martiana, dr.,M.S yang telah memberi ijin untuk menimba ilmu pada Program Magister Kesehatan Dan Keselamatan Kerja di FKM Universitas Airlangga.
3. Ketua Magister Program Studi Kesehatan dan Keselamatan Kerja, Dr. Y. Denny Ardyanto W, Ir., MS yang banyak memberi bimbingan, motivasi dalam menyelesaikan pendidikan di Program Pasca Sarjana ini.
4. Prof. Dr. Tjipto Suwandi, dr.,MOH.,Sp.OK sebagai Ketua Tim Penguji yang selalu memberi motivasi dan saran dalam penulisan tesis ini.
5. Dr. Diah Indriani, S.Si., Msi, yang dengan sabarnya memberikan bimbingan dalam pengolahan data dan penyelesaian penulisan tesis ini.
6. Dr. Elyana Asnar, dr.,MS yang banyak membantu dalam penyelesaian tesis.
7. Dr. Ririh Yudhastuti, drh.,M.Sc yang banyak membantu penyelesaian tesis ini.
8. Kolonel Laut (K) dr. James Bernnet Hama Towoliu, Sp.PD selaku Kepala Lakesla Surabaya yang telah memberi ijin dan bantuan alat spirometri.

9. Letkol Laut (K/W) Dr. Widyati, M.Clin.Pharm., Apt, selaku Komandan Sekesal Surabaya, yang telah memberi ijin melakukan penelitian di Sekolah Kesehatan Angkatan Laut Surabaya.
10. Mayor Laut (K) Harjono, Mayor Laut (K) Edi, Mayor Laut (K/W) Nila, Mayor Laut (K/W) Siska, beserta staf Sekesal dan Lakesla serta siswa Tubel yang banyak membantu dalam pengambilan data penelitian tesis ini.
11. Anak-anak ku tercinta dan seluruh keluargaku yang selalu memberikan semangat dan doa untukku.
12. Rekan seperjuangan S2K3 FKM Unair yang selalu saling membantu dan memotivasi guna penyelesaian studi magister ini.
13. Semua Staf S2K3 dan staf FKM Universitas Airlangga serta semua pihak yang tidak bisa disebut satu persatu, yang telah memberikan bantuan baik tenaga, pikiran maupun saran guna penyelesaian tesis ini.

Saya menyadari bahwa dalam penulisan tesis ini masih jauh dari sempurna, untuk itu saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan dan kesempurnaan tesis ini.

Demikian, semoga tesis ini bisa memberi manfaat bagi diri kami sendiri dan pihak lain yang menggunakan.

Surabaya, 30 Maret 2015

Penulis