

## DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN .....	i
SAMPUL DALAM .....	ii
HALAMAN PERSYARATAN GELAR .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN .....	v
PERNYATAAN TENTANG ORSINALITAS .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
SUMMARY .....	ix
ABSTRACT .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN .....	xviii
<b>BAB 1. PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang dan Identifikasi Masalah .....	1
1.2 Kajian Masalah .....	5
1.3 Rumusan Masalah .....	8
1.4 Tujuan Penelitian .....	8
1.4.1 Tujuan Umum .....	8
1.4.2 Tujuan Khusus .....	8
1.5 Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Anatomi Faal Paru .....	11
2.2 Gangguan Faal Paru .....	17
2.2.1 Penyakit paru obstruktif menahun .....	18
2.2.2 Emfisema .....	20
2.2.3 Penyakit paru interstisial ( Restriktif ) .....	21
2.3 Volume Paru .....	22
2.4 Kapasitas Faal Paru .....	23
2.5 Fungsi Ventilasi Paru .....	26
2.6 Cara Kerja Pemeriksaan Spirometri dan Interpretasi Nilai .....	30

2.7	Olahraga.....	33
2.7.1	Latihan aerobik .....	35
2.7.2	Pengukuran kebugaran.....	48
2.8	Hubungan Antara Olahraga dengan Faal Paru.....	49
2.9	Kebiasaan Merokok dan Faal Paru .....	51
2.10	Kesehatan Jasmani Anggota TNI AL .....	54
<b>BAB 3. KERANGKA KONSEPTUAL</b>		
3.1	Kerangka Konseptual .....	58
3.2	Penjelasan Kerangka Konseptual.....	59
3.3	Hipotesis Penelitian .....	60
<b>BAB 4. METODE PENELITIAN</b>		
4.1	Jenis Penelitian .....	62
4.2	Rancang Bangun Penelitian .....	62
4.3	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	63
4.4	Populasi dan Sampel .....	63
4.5	Kerangka Operasional Penelitian.....	64
4.6	Variabel, Definisi Operasional dan Cara Pengukuran Variabel .....	65
4.6.1	Variabel penelitian.....	65
4.6.2	Definisi operasional .....	65
4.6.3	Cara pengukuran variabel .....	68
4.7	Teknik dan Prosedur Pengumpulan data .....	71
4.8	Pengolahan dan Analisis Data .....	72
<b>BAB 5. HASIL DAN ANALISIS DATA</b>		
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	74
5.1.1	Data Sekolah .....	74
5.1.2	Gambaran kegiatan responden .....	76
5.2	Karakteristik Responden .....	76
5.3	Kebiasaan Merokok .....	77
5.4	Hasil Pengukuran FVC Sebelum dan Sesudah Latihan.....	78
5.5	Hasil Pemeriksaan FEV1 Sebelum dan Sesudah Latihan.....	79
5.6	Interpretasi Pemeriksaan Faal Paru.....	80
5.7	Pengaruh Latihan Aerobik terhadap Faal Paru .....	81
5.8	Pengaruh Umur dan IMT terhadap Faal Paru .....	83
5.9	Pengaruh Durasi Waktu Latihan terhadap Faal Paru.....	84
5.10	Pengaruh Frekuensi Latihan terhadap Faal Paru .....	85
5.11	Pengaruh Kebiasaan Merokok terhadap Faal Paru .....	87
5.12	Pengaruh Jumlah Rokok dan Periode Merokok terhadap Paru .....	88
5.13	Faktor Yang Paling Berpengaruh terhadap Perubahan Faal Paru .....	90

BAB 6. PEMBAHASAN	
6.1	Gambaran Umum Karakteristik Responden ..... 92
6.2	Pengaruh Latihan Aerobik terhadap Kapasitas Faal Paru ..... 93
6.3	Pengaruh Durasi Waktu Latihan terhadap Faal Paru..... 97
6.4	Pengaruh Frekuensi Latihan terhadap Faal Paru ..... 98
6.5	Pengaruh Kebiasaan Merokok terhadap Kapasitas Faal Paru . 100
6.6	Faktor Yang Paling Berpengaruh terhadap Perubahan Faal Paru 102
BAB 7. PENUTUP	
7.1	Kesimpulan ..... 104
7.2	Saran ..... 105
DAFTAR PUSTAKA ..... 106	
LAMPIRAN ..... 109	

