

## Lampiran 1

Jadwal Penelitian Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Kapasitas Vital Paru Pada A

Athlet Di UKM Tapak Suci Universitas Muhammadiyah Surabaya.

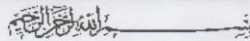
No	Kegiatan	Sep	Oct	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Ap	Mie	Jun	Jul	Agus	Sep	okto	Nov
1	Pengajuan judul															
2	Konsultasi proposal skripsi															
3	Ujian Proposal skripsi															
4	Pelaksanaan penelitian															
5	Mengolah hasil															
6	Konsultasi hasil skripsi															
7	Ujian skripsi															
8	Revisi skripsi															



**PIMPINAN CABANG 19  
TAPAK SUCI PUTERA MUHAMMADIYAH  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**



Sekretariat ORMAWA : Student Center lantai 2 Jl. Sutorejo No.59 Surabaya,  
Hp. 0811 3551 919, Email : tapaksuci.umsby19@gmail.com, web: ukm.ts-umsurabaya



No : 025/C/PIM.TS.19/III/2019 Surabaya, 13 Rajab 1440 H  
Lamp : - 20 Maret 2018 M  
Hal : Pernyataan

*Assalamualaikum Wr Wb.*

Segala puji bagi Allah Tuhan Semesta alam, sholawat teriring salam semoga senantiasa tercurah kepada Rasulullah Muhammad *SalAllahu 'alaihi Wassalam.*

Yang bertanda tangan dibawah ini **Pimpinan Cabang 19 Tapak Suci UMSurabaya**, menerangkan bahwa mahasiswa dibawah ini :

Nama : Siti Fatimatuz Zahro  
NIM : 20171660091  
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Tapak Suci terhadap Kapasitas Vital Paru pada Atlet Tapak Suci di UKM Tapak Suci UMSurabaya

Menerangkan bahwa **mahasiswa yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian pada atlet tapak suci cab.19 UMSurabaya.**

Demikian surat pernyataan ini kami buat, semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya, atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terimakasih. Semoga Allah senantiasa melimpahkan kekuatan-Nya kepada kita sehingga kita bisa beristiqomah dalam berjuang di jalan-Nya, Aamiin.

*Laa haula Wala quwwata illa billah  
Wassalamualaikum Wr Wb.*

Ketua Umum Cabang 19 UMSurabaya  
Tapak Suci Putera Muhammadiyah

**Moh.Nizar Faroid K.Mu**  
NIM. 2016.122.1162

Sekretaris Umum Cabang 19 UMSurabaya  
Tapak Suci Putera Muhammadiyah

**Indana Sulfailur Rahma**  
NIM. 2015.177.0031

Mengetahui,  
Pembina Cabang 19 UMSurabaya  
Tapak Suci Putera Muhammadiyah

**Muhammad Nasir, S.T., K.Mu**  
NBM. 130282101095378

**Lampiran 3**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Mahasiswa Anggota Latihan Tapak Suci

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Saya mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya bermaksud akan mengadakan penelitian untuk mengetahui: "PENGARUH LATIHAN FISIK TERHADAP KAPASITAS VITAL PARU PADA ATLET DI UKM TAPAK SUCI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA"

Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan anda menjadi responden dalam penelitian yang bersifat sukarela. Saya akan menjamin kerahasiaan jawaban yang diberikan, dan hasilnya akan dipergunakan untuk mengetahui perilaku *caring* anda dalam melakukan asuhan keperawatan terhadap pasien dan kepribadian anda.

Demikian surat permohonan ini, atas kesediaan dan bantuan serta kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Surabaya, Maret 2019

Hormat saya,



Siti Fatimatuz Zahrah

20171660091

**Lampiran 4**LEMBAR KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Judul :“PENGARUH LATIHAN FISIK TERHDAP KAPASITAS VITAL PARU PADA ATLET DI UKM TAPAK SUCI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA”

Peneliti : Siti Fatimatus Zahrah

Saya diminta berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai responden dengan Latihan tapak suci yang diberikan sebelumnya. Saya telah dijelaskan tentang tujuan penelitian ini dan saya mengerti bahwa peneliti akan merahasiakan data dan informasi yang akan saya berikan. Bila ternyata menimbulkan ketidaknyamanan, peneliti akan menghentikan data dan saya berhak mengundurkan diri.

Demikian persetujuan ini saya buat secara sadar, sukarela dan tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Peneliti



Siti Fatimatuz Zahrah  
20171660091

Responden



( \_\_\_\_\_ )

No	hari/tanggal	Responden	Jenis Kelamin	Umur	Kapasitas Vital Paru Sebelum Mengikuti Latihan Tapak Suci	Kapasitas Vital Paru Sesudah Mengikuti Latihan Tapak Suci
1	Kamis 24 Januari 2019	1	p	19 Tahun	2600	2800
2	Kamis 24 Januari 2019	2	p	19 Tahun	2600	3000
3	Kamis 24 Januari 2019	3	p	19 Tahun	2600	3000
4	Kamis 24 Januari 2019	4	p	19 Tahun	2600	2800
5	Juma'at 25 Januari 2019	1	p	20 Tahun	2800	2800
6	Juma'at 25 Januari 2019	2	p	20 Tahun	2800	3000
7	Juma'at 25 Januari 2019	3	p	20 Tahun	2800	3000
8	Juma'at 25 Januari 2019	4	p	20 Tahun	2600	3000
9	Juma'at 25 Januari 2019	5	p	20 Tahun	2800	3000
10	Sabtu 26 Januari 2019	1	p	20 Tahun	2600	3000
11	Sabtu 26 Januari 2019	2	p	20 Tahun	2600	3000
12	Sabtu 26 Januari 2019	3	p	20 Tahun	2600	3000
13	Sabtu 26 Januari 2019	4	p	20 Tahun	3700	4300
14	Minggu 27 Januari 2019	1	p	20 Tahun	2500	2800
15	Minggu 27 Januari 2019	2	p	22 Tahun	3700	4300
16	Minggu 27 Januari 2019	3	p	22 Tahun	3700	4300

17	Minggu 27 Januari 2019	4	p	22 Tahun	3700	4300
18	Minggu 27 Januari 2019	5	p	21 Tahun	3700	4400
19	Senin 28 Januari 2019	1	L	22 Tahun	3700	4400
20	Senin 28 Januari 2019	2	L	22 Tahun	3700	4300
21	Senin 28 Januari 2019	3	L	21 Tahun	3700	4300
22	Senin 28 Januari 2019	4	L	21 Tahun	4200	4400
23	Selasa 29 Januari 2019	1	L	22 Tahun	4200	4400
24	Selasa 29 Januari 2019	2	L	21 Tahun	4200	4400
25	Selasa 29 Januari 2019	3	L	21 Tahun	4200	4400
26	Selasa 29 Januari 2019	4	L	21 Tahun	4200	4400
27	Rabu 30 Januari 2019	1	L	21 Tahun	4100	4400
28	Rabu 30 Januari 2019	2	L	21 Tahun	4100	4400
29	Rabu 30 Januari 2019	3	L	21 Tahun	4100	4400
30	Rabu 30 Januari 2019	4	L	21 Tahun	4200	4400

		Kapasitas vital paru sebelum mengikuti latihan fisik						Kapasitas vital paru sebelum mengikuti latihan fisik		sesudah mengikuti latihan fisik	
No	No	Tanggal	jenis kel	VT	VCI	VCE	JML	VT	VCI	VCE	JML
2	1	24-01-19	P	500	1600	500	2600	600	1700	500	2800
3	2	24-01-19	p	500	1500	500	2600	700	1800	500	3000
4	3	24-01-19	p	500	1600	400	2600	700	1800	500	3000
5	4	24-01-19	p	500	1600	500	2600	600	1700	500	2800
6	5	25-01-19	p	600	1800	400	2800	600	1700	500	2800
7	6	25-01-19	p	600	1800	400	2800	700	1800	500	3000
8	7	25-01-19	p	600	1800	400	2800	700	1800	500	3000
9	8	25-01-19	p	500	1600	500	2600	700	1700	600	3000
10	9	25-01-19	p	600	1700	500	2800	600	1800	600	3000
11	10	26-01-19	p	600	1500	500	2600	600	1800	600	3000
12	11	26-01-19	p	600	1500	500	2600	700	1800	500	3000
13	12	26-01-19	p	500	1600	500	2600	700	1800	500	3000
14	13	26-01-19	p	1000	2000	700	3700	1000	2500	800	4300
15	14	27-01-19	p	500	1500	500	2500	600	1700	500	2800
16	15	27-01-19	p	1000	2000	700	3700	1000	2500	800	4300
17	16	27-01-19	p	1000	2200	500	3700	1000	2500	800	4300
18	17	27-01-19	p	1000	2000	700	3700	1000	2500	800	4300
19	18	27-01-19	p	1000	1900	800	3700	1000	2500	900	4400
20	19	28-01-19	L	700	2000	1000	3700	1000	2500	900	4400
21	20	28-01-19	L	700	2000	1000	3700	800	2500	1000	4300
22	21	28-01-19	L	700	2000	1000	3700	800	2500	1000	4300
23	22	28-01-19	L	900	2500	800	4200	900	2600	900	4400

24	23	29-01-19	L	800	2500	900	4200	1000	2500	900	4400
25	24	29-01-19	L	900	2400	900	4200	900	2500	1000	4400
26	25	29-01-19	L	800	2400	1000	4200	900	2500	1000	4400
27	26	29-01-19	L	800	2400	1000	4200	1000	2500	900	4400
28	27	30-01-19	L	800	2300	1000	4100	1000	2400	1000	4400
29	28	30-01-19	L	800	2300	1000	4100	1000	2400	1000	4400
30	29	30-01-19	L	800	2300	1000	4100	1000	2400	1000	4400
	30	30-01-19	L	1000	2400	800	4200	1000	2500	900	4400



**Statistics**

		JENIS KELAMIN	UMUR	KAPASITAS VITAL PARU PRETEST	KAPASITAS VITAL PARU POSTTEST
N	Valid	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0

**Frequency Table****JENIS KELAMIN**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulati ve Percent
PEREMPUAN	18	60.0	60.0	60.0
LAKI LAKI	12	40.0	40.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

**UMUR**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
19	4	13.3	13.3	13.3
20	10	33.3	33.3	46.7
21	10	33.3	33.3	80.0
22	6	20.0	20.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

**PRE TEST**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2500	1	3.3	3.3	3.3
	2600	8	26.7	26.7	30.0
	2800	4	13.0	13.0	60.0
	3700	8	27.0	27.0	70.0
	4100	3	10.0	10.0	80.0
	4200	6	20.0	20.0	96.7
					100.0
Total		30	100.0	100.0	

**POST TEST**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
2800	4	13.3	13.3	13.3
3000	9	30.0	43.3	56.7
4300	6	20.0	6.7	63.3
4400	11	36.7	36.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

**NPar Tests****Wilcoxon Signed Ranks Test****Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POST TEST - PRE T	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	29 <sup>b</sup>	15.00	435.00
	Ties	1 <sup>c</sup>		
	Total	30		

a. POST TEST &lt; PRE TEST

b. POST TEST &gt; PRE TEST

c. POST TEST = PRE TEST

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	POST TEST - PRE TEST
Z	-4.773 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI****KARYA TUKIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIKS**

Sebagai civitas akademika universitas muhammadiyah surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SITI FATIMATUZ ZAHRAH

Nim : 20171660091

Program Studi : S1 Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada program Studi S1 keperawatan FIK Universitas muhammadiyah Surabaya hak royalti non eksklusif atas karya tulis ilmiah saya yang berjudul :

**PENGARUH LATIHAN FISIK TERHADAP KAPASITAS VITAL PARU  
PADA ATLET DI UKM TAPAK SUCI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
SURABYA**

Beserta perangkat yang ada ( jika diperlukan ). Dengan hak bebas Royalti Non-Eksklusif ini, Proram Studi Ners FIK UMSurabaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan studi kasus saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis /pencipta dan atau dengan pembimbing saya sebagai Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Surabaya

Pada tanggal : 16 November 2019



Siti Fatimatuz Zahrah





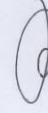
**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI KARYA TULIS ILMIAH**  
**PRODI SI KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

NAMA : Siti Fatimatuz Zahrah  
 NIM : 20171660091  
 NAMA KETUA PENGUJI : Fathiya LY, S.kep.,Ns.,M.Kep.  
 JUDUL PENELITIAN : Pengaruh Latihan Tapak Suci Terhadap Kapasitas Vital Paru Pada Atlet Di UKM Tapak Suci Universitas Muhammadiyah Surabaya.

No	Tanggal	Catatan Bimbingan (Revisi)	Tanda Tangan
		1. Cara penulisan ABSTRAK perlu diperbaiki	f
		2. BAB 1 - Mengubah masalah di alinia pertama diganti perbedaan	f
		3. BAB 2 - Masing- masing gambar diburemkan. - Mencari literatur lain tentang Scoring yang sesuai dengan alat spinometri.	f
		4. BAB 3 - Definisi Operasional, dibagian Skor diganti dengan literatur yang lain - Ditahap pelaksanaan penelitian, dijelaskan bantuan temen kesesama apa?	f
		5. BAB 4 - Cara menulis distribusi frekuensi kapasitas vital paru responden terbalik - Setiap gambar diberi keterangan dan di buremkan	f

**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI KARYA TULIS ILMIAH**  
**PRODI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

NAMA : Siti Fatimatuz Zahrah  
 NIM : 20171660091  
 NAMA KETUA PENGUJI : Dede Nasrullah, S.kep.,Ns.,M.Kep.  
 JUDUL PENELITIAN : Pengaruh Latihan Tapak Suci Terhadap Kapasitas Vital Paru Pada Atlet Di UKM Tapak Suci Universitas Muhammadiyah Surabaya.

No	Tanggal	Catatan Bimbingan (Revisi)	Tanda Tangan
		1. Cara penulisan ABSTRAK perlu diperbaiki	
		2. BAB 1 - Mengubah masalah di alinia pertama diganti perbedaan	
		3. BAB 2 - Mencari literatur lain tentang Scoring yang sesuai dengan alat spinometri.	
		4. BAB 3 - Definisi Operasional, dibagian Skor diganti dengan literatur yang lain - Ditahap pelaksanaan penelitian, dijelaskan bantuan temen kesesama apa?	
		5. BAB 4 - Cara menulis distribusi frekuensi kapasitas vital paru responden terbalik - Setiap gambar diberi keterangan dan di buremkan	

**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI KARYA TULIS ILMIAH  
PRODI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

NAMA : Siti Fatimatuz Zahrah  
 NIM : 20171660091  
 NAMA KETUA PENGUJI : Supatmi, S.kep.,Ns.,M.Kes.  
 JUDUL PENELITIAN : Pengaruh Latihan Tapak Suci Terhadap Kapasitas Vital Paru Pada Atlet Di UKM Tapak Suci Universitas Muhammadiyah Surabaya.

No	Tanggal	Catatan Bimbingan (Revisi)	Tanda Tangan
		1. Cara penulisan ABSTRAK perlu diperbaiki 2. BAB 1 - Mengubah masalah di alinia pertama diganti perbedaan 3. BAB 2 - Mencari literatur lain tentang Scoring yang sesuai dengan alat spinometri. 4. BAB 3 - Definisi Operasional, dibagian Skor diganti dengan literatur yang lain - Ditahap pelaksanaan penelitian, dijelaskan bantuan temen kesesama apa? 5. BAB 4 - Cara menulis distribusi frekuensi kapasitas vital paru responden terbalik - Setiap gambar diberi keterangan dan di buremkan	