

**HUBUNGAN KEBUGARAN YANG DIUKUR  
DENGAN TES BANGKU METODE QUEEN'S  
COLLEGE DAN TES BANGKU METODE  
FREKUENSI TETAP 30 KALI/MENIT**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis Ini Dibuat Sebagai Salah Satu Syarat  
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked)

**Monica Christiana  
0510038**



**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KRISTEN MARANATHA  
BANDUNG  
2008**

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MONICA CHRISTIANA  
NRP : 0510038  
Fakultas : Kedokteran

Dengan ini, saya menyatakan bahwa:

- 1). Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Maranatha Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **HUBUNGAN KEBUGARAN YANG DIUKUR DENGAN TES BANGKU METODE QUEEN'S COLLEGE DAN TES BANGKU METODE FREKUENSI TETAP 30 KALI/MENIT.**
- 2). Universitas Kristen Maranatha Bandung berhak meyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya dan menampilkan dalam bentuk *softcopy* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
- 3). Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Universitas Kristen Maranatha Bandung, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Bandung  
Pada tanggal : Agustus 2008  
Yang menyatakan

(MONICA CHRISTIANA)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan karena dengan berkat-Nya, karya tulis ini bisa diselesaikan dengan baik dan sesuai dengan rencana.

Karya tulis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dalam memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Bandung.

Terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan , bantuan baik secara moril maupun materil sehingga karya tulis ini dapat diselesaikan dengan baik, yaitu kepada :

1. Dr. Iwan Budiman, dr., MS, MM, MKes, AIF, selaku dosen pembimbing, yang telah bersedia meluangkan waktu, dan memberikan bimbingan dalam penyusunan karya tulis ini.
2. Onzat Rozak, dr., MKes, selaku kepala BKOM ( Balai kesehatan Olahraga Masyarakat ) Bandung, yang telah mengijinkan penggunaan tempat serta penyediaan alat-alat yang dibutuhkan untuk melakukan penelitian.
3. Teman- teman yang telah memberikan waktu dan tenaganya untuk menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini.
4. Dewi Andayani, Felicia, Putu Ieke, Silvia, Stefanus, Tania yang telah membantu dalam penelitian ini.
5. Keluarga yang telah memberikan dukungan, semangat, nasehat serta kasih sayangnya.

Bandung, 11 Agustus 2008

Monica Christiana