

LAMPIRAN 1

SURAT PERSETUJUAN

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama lengkap :
Tanggal lahir :
NRP :
Alamat :

Menyatakan bersedia dan tidak berkeberatan menjadi naracoba dalam penelitian yang dilakukan oleh Silvia Adriani Ciptawijaya, NRP: 0510069, yang bertempat di Balai Kesehatan Olahraga Masyarakat (BKOM) Jawa Barat, Jl. Merak no. 13, Bandung.
Surat persetujuan ini saya buat dengan kesadaran saya sendiri tanpa tekanan ataupun paksaan dari manapun.

Bandung, 2008

(_____)

SURAT PERSETUJUAN

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama lengkap :
Tanggal lahir :
NRP :
Alamat :

Menyatakan bersedia dan tidak berkeberatan menjadi naracoba dalam penelitian yang dilakukan oleh Silvia Adriani Ciptawijaya, NRP: 0510069, yang bertempat di Balai Kesehatan Olahraga Masyarakat (BKOM) Jawa Barat, Jl. Merak no. 13, Bandung.
Surat persetujuan ini saya buat dengan kesadaran saya sendiri tanpa tekanan ataupun paksaan dari manapun.

Bandung, 2008

(_____)

LAMPIRAN 2

BRUCE – FIXED HEIGHT 25 CM**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.647(a)	.419	.404	6.342876

a Predictors: (Constant), FH25

Correlations

		BRUCE	FH25
Pearson Correlation	BRUCE	1.000	.647
	FH25	.647	1.000
Sig. (1-tailed)	BRUCE	.	.000
	FH25	.000	.
N	BRUCE	40	40
	FH25	40	40

ANOVA(b)

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1103.292	1	1103.292	27.423	.000(a)
	Residual	1528.819	38	40.232		
	Total	2632.110	39			

a Predictors: (Constant), FH25

b Dependent Variable: BRUCE

Coefficients(a)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	18.594	6.349		2.929	.006
	FH25	.731	.140	.647	5.237	.000

a Dependent Variable: BRUCE

LAMPIRAN 3

Bruce Treadmill Test

Nama :
Tanggal Lahir :
Sex : L / P
BB : kg
TB : cm
Tanggal Pemeriksaan :

HR Istirahat: bpm

HR = METs =

$VO_2 \text{ max} = \text{METs} \times 3.5 \text{ ml/kgBB/menit}$

$VO_2 \text{ max} = \quad \times 3.5 = \quad \text{ml/kgBB/menit}$

LAMPIRAN 4

Step Test with Fixed Step Height

Nama :
Tanggal Lahir :
Sex : L / P
BB : kg
TB : cm
Tanggal Pemeriksaan :

HR Istirahat: bpm

Setiap beban dilakukan selama 2 menit

<u>SH cm</u>	<u>Metronom</u>	<u>HR bpm</u>
17.5	80	-
17.5	100	-
17.5	120	-
25	80	-
25	100	-
25	120	-
32.8	80	-
32.8	100	-
32.8	120	-

RIWAYAT HIDUP

Nama : Silvia Adriani Ciptawijaya
NRP : 0510069
Tempat dan Tanggal Lahir : Bandung, 1 Februari 1987
Alamat : Jl. Mohammad Toha 100, Bandung
Riwayat Pendidikan :

1. 1999, lulus SD Maria Bintang Laut Bandung
2. 2002, lulus SMP Waringin Bandung
3. 2005, lulus SMA Trinitas Bandung
4. 2005, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Bandung