

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 Felicia Veronica Cipta Wijaya, NRP: 0510165, yang bertempat di Balai Kesehatan Olahraga Masyarakat, 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 Felicia Veronica Cipta Wijaya, NRP: 0510165, yang bertempat di Balai Kesehatan Olahraga Masyarakat, Jl. Merak No. 13, Bandung.

Surat persetujuan ini saya buat dengan kesadaran saya sendiri tanpa tekanan ataupun paksaan dari manapun.

Bandung,.....2008

(_____)

Lampiran 2

Queen's College Step Test

Nama :
 Tgl Lahir :
 Sex : L / P
 BB : kg
 TB : cm
 Panjang tungkai : cm
 Tgl Pemeriksaan :

HR Istirahat: bpm

HR Kerja 3 menit = bpm

Laki-Laki → $VO_2 \text{ max} = 111.33 - (0.42 \times \text{HR})$

$111.33 - (0.42 \times \quad) = 111.33 - \quad = \quad \text{ml/kgBB/menit}$

Lampiran 3

Step Test with Fixed Step Rate

Nama :
 Tgl Lahir :
 Sex : L / P
 BB : kg
 TB : cm
 Panjang tungkai : cm
 Tgl Pemeriksaan :

HR Istirahat: bpm

Setiap beban dilakukan selama 2 menit

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

Lampiran 4

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.376(a)	.141	.119	5.914572

a Predictors: (Constant), FR100

Correlations

		QC	FR100
Pearson Correlation	QC	1.000	.376
	FR100	.376	1.000
Sig. (1-tailed)	QC	.	.008
	FR100	.008	.
N	QC	40	40
	FR100	40	40

ANOVA(b)

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	218.836	1	218.836	6.256	.017(a)
	Residual	1329.322	38	34.982		
	Total	1548.158	39			

a Predictors: (Constant), FR100

b Dependent Variable: QC

Coefficients(a)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	30.087	6.207		4.848	.000
	FR100	.317	.127	.376	2.501	.017

a Dependent Variable: QC

Lampiran 5

Dokumentasi



RIWAYAT HIDUP

Nama : Felicia Veronica Cipta Wijaya

NRP : 0510165

Tempat dan Tanggal Lahir : Bandung, 17 Januari 1986

Alamat : Jl. Mohammad Toha 100, Bandung

Riwayat Pendidikan :

1. 1998, lulus SD Maria Bintang Laut Bandung
2. 2001, lulus SMP Waringin Bandung
3. 2004, lulus SMA Trinitas Bandung
4. 2005, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Bandung