

**EFEK AKUT *HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING*
(HIIT) TERHADAP PENINGKATAN MEMORI
JANGKA PENDEK PADA PEKERJA *SHIFT* MALAM**

KARYA TULIS ILMIAH

Karya Tulis Ini Dibuat Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

**AMBAR FITRIANI HARTONO
1510116**



**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN MARANATHA
BANDUNG
2018**

KATA PENGANTAR

Puji dan rasa syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat-Nya, Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Efek Akut *High Intensity Interval Training* (HIIT) Terhadap Peningkatan Memori Jangka Pendek Pada Pekerja Shift Malam” dapat diselesaikan dengan tepat waktu.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan akademik untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha, Bandung.

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dibantu oleh berbagai pihak. Bantuan baik materi, maupun moril berupa doa dan dukungan yang penulis dapatkan selama proses pengerjaan Karya Tulis Ilmiah. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Decky Gunawan, dr., M. Kes, AIFO, selaku dosen pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, pikiran dan dukungannya untuk membimbing penulis
2. Yenni Limyati, dr., S.Sn., SpKFR., M.Kes, selaku dosen pembimbing pendamping atas waktu, bimbingan, dan saran, dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Subjek penelitian yang bersedia untuk berkerja sama dalam pengerjaan penelitian ini.
4. Keluarga tercinta, Ayahanda Raden Wahyu Tri Hartono, Ibunda Ani Nuryani, Kakak Tsara Izzati Hartono, Hizrian Firzally Hartono dan adik Reynata Alya Hartono atas doa dan segala bentuk dukungannya dalam proses pengerjaan dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Teman-teman bimbingan KTI yang selalu memberikan dukungan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
6. Sahabat dan keluarga besar penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang selalu memberikan dukungan dan semangat hingga Karya Tulis Ilmiah ini terselesaikan.

7. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam proses pengerjaan dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Tuhan membalas kebaikan dengan limpahan rahmat-Nya .

Karya Tulis Ilmiah ini tidak sempurna, namun penulis percaya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi masyarakat dan perkembangan ilmu kedokteran secara umum terutama di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha.

Bandung, 25 Mei 2018

Ambar Fitriani Hartono