

ABSTRAK

Pada umumnya di tempat kerja tertentu para pekerja wanita diwajibkan menggunakan sepatu bertumit saat bekerja. Hal ini dikarenakan jika para pekerja wanita menggunakan sepatu bertumit saat bekerja dapat memberikan kesan yang rapi terhadap penampilan mereka. Kebanyakan para pekerja wanita merasa kurang nyaman menggunakan sepatu bertumit saat bekerja karena penggunaan sepatu bertumit akan memperlambat aktivitas kerja mereka. Maka dari itu para pekerja wanita ingin mengetahui tinggi tumit sepatu yang sesuai untuk mereka sehingga tidak memperlambat aktivitas kerja mereka.

Pengumpulan data dilakukan dengan mencari informasi yang dibutuhkan yaitu dilakukannya suatu pengujian kepada beberapa wanita dengan berat badan yang dikelompokkan menjadi 4 kelompok yaitu berat badan antara 45–50 kg, 51–55 kg, 56–60 kg, dan 61–65 kg untuk berjalan dengan menggunakan sepatu bertumit dengan tinggi tumit < 2 cm, 2 cm, 3 cm, 5 cm, dan 7 cm dalam keadaan berjalan di bidang datar (jarak 30 m) dan naik turun tangga (2 lantai). Denyut jantung dan waktu tempuh mereka kemudian diukur sehingga dapat diketahui kenaikan denyut jantung. Pada akhirnya dapat diketahui sepatu bertumit dengan tinggi tumit tertentu yang sesuai digunakan oleh para pekerja wanita pada saat beraktivitas.

Setelah didapatkan informasi yang dibutuhkan maka dilakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji anova satu arah. Dari hasil pengujian anova satu arah ini dapat diketahui pengaruh variasi tinggi tumit sepatu, berat badan, dan bidang aktivitas terhadap variasi kenaikan denyut jantung. Persamaan regresi kemudian ditentukan dengan menggunakan SPSS 11.5 sehingga diperoleh grafik persamaan linear. Dilakukan pula perhitungan konsumsi energi sehingga dapat diketahui besarnya energi yang dikeluarkan setelah melakukan aktivitas. Grafik persamaan regresi linear dan besarnya konsumsi energi kemudian dianalisis sehingga dapat diketahui sepatu bertumit dengan tinggi tumit tertentu yang sesuai digunakan oleh para pekerja wanita ketika melakukan pekerjaannya.

Dari hasil analisis diperoleh kesimpulan sepatu bertumit dengan tinggi tumit yang terbaik jika mereka lebih banyak beraktivitas pada bidang datar maka untuk pegawai wanita dengan berat badan 45-50 kg adalah $tt = 3$ cm, untuk berat badan 51-55 kg adalah $tt = < 2$ cm, untuk berat badan 56-60 kg adalah $tt = < 2$ cm, untuk berat badan 61-65 kg adalah $tt = 7$ cm. Sedangkan jika mereka lebih banyak beraktivitas pada naik tangga dan turun tangga maka tinggi tumit yang digunakan untuk berat badan 45-50 kg adalah $tt = < 2$ cm, untuk berat badan 51-55 kg adalah $tt = < 2$ cm dan 5 cm, untuk berat badan 56-60 kg adalah $tt = < 2$ cm dan 2 cm, untuk berat badan 61-65 kg adalah $tt = < 2$ cm.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xxix
DAFTAR LAMPIRAN	xxxvi
DAFTAR SINGKATAN	xxxvii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1-1
1.2 Identifikasi Masalah	1-2
1.3 Pembatasan Masalah dan asumsi	1-2
1.4 Perumusan Masalah	1-3
1.5 Tujuan Penelitian	1-4
1.6 Sistematika Penulisan	1-4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Ergonomi	2-1
2.1.1 Pengertian Ergonomi	2-1
2.1.2 Tujuan Ergonomi	2-1
2.1.3 Bidang Kajian Ergonomi	2-1
2.2 Anova	2-8
2.2.1 Klasifikasi Satu Arah	2-9
2.3 Regresi Linear	2-10
2.3.1 Regresi Linear Sederhana	2-10
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Latar Belakang Masalah	3-2
3.2 Penetapan Tujuan	3-3
3.3 Identifikasi Masalah	3-3
3.4 Pembatasan Masalah Dan Asumsi	3-3
3.5 Perumusan Masalah	3-3

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

3.6	Pengumpulan Data	3-4
3.7	Pengolahan Data	3-5
3.8	Analisa Data	3-6
3.9	Kesimpulan Dan Saran	3-6
BAB 4 PENGOLAHAN DATA		
4.1	Uji Anova Satu Arah Untuk Kenaikan Denyut Jantung	4-1
4.1.1	Kdj Berdasarkan Tinggi Tumit	4-2
4.1.1.1	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg untuk Bidang Datar	4-2
4.1.1.2	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg untuk Naik Tangga	4-5
4.1.1.3	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg untuk Turun Tangga	4-8
4.1.1.4	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg untuk Bidang Datar	4-11
4.1.1.5	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg untuk Naik Tangga	4-14
4.1.1.6	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg untuk Turun Tangga	4-17
4.1.1.7	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg untuk Bidang Datar	4-20
4.1.1.8	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg untuk Naik Tangga	4-23
4.1.1.9	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg untuk Turun Tangga.....	4-26
4.1.1.10	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg untuk Bidang Datar	4-29
4.1.1.11	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg untuk Naik Tangga	4-32
4.1.1.12	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg untuk Turun Tangga	4-35
4.1.2	Kdj Berdasarkan Berat Badan	4-38
4.1.2.1	Kdj Tinggi Tumit < 2 cm untuk Bidang Datar	4-38
4.1.2.2	Kdj Tinggi Tumit 2 cm untuk Bidang Datar	4-41
4.1.2.3	Kdj Tinggi Tumit 3 cm untuk Bidang Datar	4-44
4.1.2.4	Kdj Tinggi Tumit 5 cm untuk Bidang Datar	4-47
4.1.2.5	Kdj Tinggi Tumit 7 cm untuk Bidang Datar	4-50
4.1.2.6	Kdj Tinggi Tumit < 2 cm untuk Naik Tangga	4-53
4.1.2.7	Kdj Tinggi Tumit 2 cm untuk Naik Tangga	4-56
4.1.2.8	Kdj Tinggi Tumit 3 cm untuk Naik Tangga	4-59
4.1.2.9	Kdj Tinggi Tumit 5 cm untuk Naik Tangga	4-62

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

4.1.2.10	Kdj Tinggi Tumit 7 cm untuk Naik Tangga	4-65
4.1.2.11	Kdj Tinggi Tumit < 2 cm untuk Turun Tangga	4-68
4.1.2.12	Kdj Tinggi Tumit 2 cm untuk Turun Tangga	4-71
4.1.2.13	Kdj Tinggi Tumit 3 cm untuk Turun Tangga	4-74
4.1.2.14	Kdj Tinggi Tumit 5 cm untuk Turun Tangga	4-77
4.1.2.15	Kdj Tinggi Tumit 7 cm untuk Turun Tangga	4-80
4.1.3	Kdj Berdasarkan Bidang Aktivitas	4-83
4.1.3.1	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-83
4.1.3.2	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-86
4.1.3.3	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-89
4.1.3.4	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-92
4.1.3.5	Kdj Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-95
4.1.3.6	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-98
4.1.3.7	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-101
4.1.3.8	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-104
4.1.3.9	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-107
4.1.3.10	Kdj Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-110

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

4.1.3.11	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-113
4.1.3.12	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-116
4.1.3.13	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-119
4.1.3.14	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-122
4.1.3.15	Kdj Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-125
4.1.3.16	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-128
4.1.3.17	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-131
4.1.3.18	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-134
4.1.3.19	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-137
4.1.3.20	Kdj Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-140
4.2	Uji Anova Satu Arah Untuk Waktu Tempuh	4-143
4.2.1	Wt Berdasarkan Tinggi Tumit	4-143
4.2.1.1	Wt Berat Badan 45 – 50 kg untuk Bidang Datar	4-143
4.2.1.2	Wt Berat Badan 45 – 50 kg untuk Naik Tangga	4-146
4.2.1.3	Wt Berat Badan 45 – 50 kg untuk Turun Tangga	4-149
4.2.1.4	Wt Berat Badan 51 – 55 kg untuk Bidang Datar	4-152
4.2.1.5	Wt Berat Badan 51 – 55 kg untuk Naik Tangga	4-155
4.2.1.6	Wt Berat Badan 51 – 55 kg untuk Turun Tangga.....	4-158

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

4.2.1.7	Wt Berat Badan 56 – 60 kg untuk Bidang Datar	4-161
4.2.1.8	Wt Berat Badan 56 – 60 kg untuk Naik Tangga.....	4-164
4.2.1.9	Wt Berat Badan 56 – 60 kg untuk Turun Tangga	4-167
4.2.1.10	Wt Berat Badan 61 – 65 kg untuk Bidang Datar	4-170
4.2.1.11	Wt Berat Badan 61 – 65 kg untuk Naik Tangga	4-173
4.2.1.12	Wt Berat Badan 61 – 65 kg untuk Turun Tangga	4-176
4.2.2	Wt Berdasarkan Berat Badan	4-179
4.2.2.1	Wt Tinggi Tumit < 2 cm untuk Bidang Datar	4-179
4.2.2.2	Wt Tinggi Tumit 2 cm untuk Bidang Datar	4-182
4.2.2.3	Wt Tinggi Tumit 3 cm untuk Bidang Datar	4-185
4.2.2.4	Wt Tinggi Tumit 5 cm untuk Bidang Datar	4-188
4.2.2.5	Wt Tinggi Tumit 7 cm untuk Bidang Datar	4-191
4.2.2.6	Wt Tinggi Tumit < 2 cm untuk Naik Tangga	4-194
4.2.2.7	Wt Tinggi Tumit 2 cm untuk Naik Tangga	4-197
4.2.2.8	Wt Tinggi Tumit 3 cm untuk Naik Tangga	4-200
4.2.2.9	Wt Tinggi Tumit 5 cm untuk Naik Tangga	4-203
4.2.2.10	Wt Tinggi Tumit 7 cm untuk Naik Tangga	4-206
4.2.2.11	Wt Tinggi Tumit < 2 cm untuk Turun Tangga	4-209
4.2.2.12	Wt Tinggi Tumit 2 cm untuk Turun Tangga	4-212
4.2.2.13	Wt Tinggi Tumit 3 cm untuk Turun Tangga	4-215
4.2.2.14	Wt Tinggi Tumit 5 cm untuk Turun Tangga	4-218
4.2.2.15	Wt Tinggi Tumit 7 cm untuk Turun Tangga	4-221
4.2.3	Wt Berdasarkan Bidang Aktivitas	4-224
4.2.3.1	Wt Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-224
4.2.3.2	Wt Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-227
4.2.3.3	Wt Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-230

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

4.2.3.4	Wt Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-233
4.2.3.5	Wt Berat Badan 45 – 50 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-236
4.2.3.6	Wt Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-239
4.2.3.7	Wt Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-242
4.2.3.8	Wt Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-245
4.2.3.9	Wt Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-248
4.2.3.10	Wt Berat Badan 51 – 55 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-251
4.2.3.11	Wt Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-254
4.2.3.12	Wt Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-257
4.2.3.13	Wt Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-260
4.2.3.14	Wt Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-263
4.2.3.15	Wt Berat Badan 56 – 60 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-266
4.2.3.16	Wt Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit < 2 cm	4-269
4.2.3.17	Wt Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 2 cm	4-272

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

4.2.3.18	Wt Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 3 cm	4-275
4.2.3.19	Wt Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 5 cm	4-278
4.2.3.20	Wt Berat Badan 61 – 65 kg dengan Tinggi Tumit 7 cm	4-281
4.3	Grafik Persamaan SPSS	4-284
4.3.1	Grafik Persamaan SPSS Kenaikan Denyut Jantung	4-284
4.3.1.1	Grafik Kdj Berat Badan 45 – 50 kg pada Bidang Datar	4-284
4.3.1.2	Grafik Kdj Berat Badan 45 – 50 kg pada Naik Tangga	4-284
4.3.1.3	Grafik Kdj Berat Badan 45 – 50 kg pada Turun Tangga	4-285
4.3.1.4	Grafik Kdj Berat Badan 51 – 55 kg pada Bidang Datar	4-286
4.3.1.5	Grafik Kdj Berat Badan 51 – 55 kg pada Naik Tangga	4-286
4.3.1.6	Grafik Kdj Berat Badan 51 – 55 kg pada Turun Tangga	4-287
4.3.1.7	Grafik Kdj Berat Badan 56 – 60 kg pada Bidang Datar	4-288
4.3.1.8	Grafik Kdj Berat Badan 56 – 60 kg pada Naik Tangga	4-288
4.3.1.9	Grafik Kdj Berat Badan 56 – 60 kg pada Turun Tangga	4-289
4.3.1.10	Grafik Kdj Berat Badan 61 – 65 kg pada Bidang Datar	4-290

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

4.3.1.11	Grafik Kdj Berat Badan 61 – 65 kg pada Naik Tangga	4-290
4.3.1.12	Grafik Kdj Berat Badan 61 – 65 kg pada Turun Tangga	4-291
4.3.2	Grafik Persamaan SPSS Waktu Tempuh	4-292
4.3.2.1	Grafik Wt Berat Badan 45 – 50 kg pada Bidang Datar	4-292
4.3.2.2	Grafik Wt Berat Badan 45 – 50 kg pada Naik Tangga	4-292
4.3.2.3	Grafik Wt Berat Badan 45 – 50 kg pada Turun Tangga	4-293
4.3.2.4	Grafik Wt Berat Badan 51 – 55 kg pada Bidang Datar	4-294
4.3.2.5	Grafik Wt Berat Badan 51 – 55 kg pada Naik Tangga	4-294
4.3.2.6	Grafik Wt Berat Badan 51 – 55 kg pada Turun Tangga	4-295
4.3.2.7	Grafik Wt Berat Badan 56 – 60 kg pada Bidang Datar	4-296
4.3.2.8	Grafik Wt Berat Badan 56 – 60 kg pada Naik Tangga	4-296
4.3.2.9	Grafik Wt Berat Badan 56 – 60 kg pada Turun Tangga	4-297
4.3.2.10	Grafik Wt Berat Badan 61 – 65 kg pada Bidang Datar	4-298
4.3.2.11	Grafik Wt Berat Badan 61 – 65 kg pada Naik Tangga	4-298
4.3.2.12	Grafik Wt Berat Badan 61 – 65 kg pada Turun Tangga	4-299

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

4.4	Perhitungan Konsumsi Energi	4-300
4.4.1	Rata-rata Denyut Jantung Awal dan Akhir pada Bidang Aktivitas	4-300
4.4.2	Perhitungan Energi (Y) pada Bidang Aktivitas	4-301
4.4.2	Perhitungan Konsumsi Energi (KE) pada Bidang Aktivitas	4-303
BAB 5 ANALISIS DATA		
5.1	Analisis Uji Anova Satu Arah	5-1
5.1.1	Analisis Kenaikan Denyut Jantung	5-1
5.1.1.1	Analisis Kdj Berdasarkan Tinggi Tumit Sepatu	5-1
5.1.1.2	Analisis Kdj Berdasarkan Berat Badan	5-1
5.1.1.3	Analisis Kdj Berdasarkan Bidang Aktivitas	5-2
5.1.2	Analisis Waktu Tempuh	5-2
5.1.2.1	Analisis Wt Berdasarkan Tinggi Tumit Sepatu	5-2
5.1.2.2	Analisis Wt Berdasarkan Berat Badan	5-3
5.1.2.3	Analisis Wt Berdasarkan Bidang Aktivitas	5-3
5.2	Analisa Grafik Persamaan SPSS	5-4
5.2.1	Analisis Grafik Kdj dan Wt Berat Badan 45 – 50 kg	5-4
5.2.1.1	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 45 – 50 kg pada Bidang Datar	5-4
5.2.1.2	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 45 – 50 kg pada Naik Tangga	5-5
5.2.1.3	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 45 – 50 kg Turun Tangga	5-7
5.2.1.4	Analisis Tinggi Tumit untuk Berat Badan 45 – 50 kg	5-9

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

5.2.2	Analisis Grafik Kdj dan Wt Berat Badan 51 – 55 kg	5-10
5.2.2.1	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 51 – 55 kg pada Bidang Datar	5-10
5.2.2.2	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 51 – 55 kg pada Naik Tangga	5-11
5.2.2.3	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 51 – 55 kg pada Turun Tangga	5-13
5.2.2.4	Analisis Tinggi Tumit untuk Berat Badan 51 – 55 kg	5-15
5.2.3	Analisis Grafik Kdj dan Wt Berat Badan 56 – 60 kg	5-16
5.2.3.1	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 56 – 60 kg pada Bidang Datar	5-16
5.2.3.2	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 56 – 60 kg pada Naik Tangga	5-18
5.2.3.3	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 56 – 60 kg pada Turun Tangga	5-20
5.2.3.4	Analisis Tinggi Tumit untuk Berat Badan 56 – 60 kg	5-22
5.2.4	Analisis Grafik Kdj dan Wt Berat Badan 61 – 65 kg	5-23
5.2.4.1	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 61 – 65 kg pada Bidang Datar	5-23
5.2.4.2	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 61 – 65 kg pada Naik Tangga	5-25
5.2.4.3	Pola Grafik Kdj dan Wt untuk Berat Badan 61 – 65 kg pada Turun Tangga	5-27
5.2.4.4	Analisis Tinggi Tumit untuk Berat Badan 61 – 65 kg.....	5-29

DAFTAR ISI (LANJUTAN)

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan6-1

6.2 Saran (Usulan)6-2

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

KOMENTAR DOSEN PENGUJI

DATA PENULIS

DAFTAR TABEL

Tabel	Judul	Halaman
2.1	Perhitungan Anova Satu Arah	2-9
4.1	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada BD	4-2
4.2	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada BD	4-3
4.3	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada NT	4-5
4.4	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada NT	4-6
4.5	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada TT	4-8
4.6	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada TT	4-9
4.7	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada BD	4-11
4.8	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada BD	4-12
4.9	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada NT	4-14
4.10	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada NT	4-15
4.11	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada TT	4-17
4.12	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada TT	4-18
4.13	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada BD	4-20
4.14	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada BD	4-21
4.15	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada NT	4-23
4.16	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada NT	4-24
4.17	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada TT	4-26
4.18	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada TT	4-27
4.19	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada BD	4-29
4.20	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada BD	4-30
4.21	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada NT	4-32
4.22	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada NT	4-33
4.23	Data Mentah Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada TT	4-35
4.24	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada TT	4-36
4.25	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada BD	4-38
4.26	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada BD	4-39

4.27	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada BD	4-41
4.28	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada BD	4-42
4.29	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada BD	4-44
4.30	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada BD	4-45
4.31	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada BD	4-47
4.32	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada BD	4-48
4.33	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada BD	4-50
4.34	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada BD	4-51
4.35	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada NT	4-53
4.36	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada NT	4-54
4.37	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada NT	4-56
4.38	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada NT	4-57
4.39	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada NT	4-59
4.40	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada NT	4-60
4.41	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada NT	4-62
4.42	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada NT	4-63
4.43	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada NT	4-65
4.44	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada NT	4-66
4.45	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada TT	4-68
4.46	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada TT	4-69
4.47	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada TT	4-71
4.48	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada TT	4-72
4.49	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada TT	4-74
4.50	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada TT	4-75
4.51	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada TT	4-77
4.52	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada TT	4-78
4.53	Data Mentah Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada TT	4-80
4.54	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada TT	4-81
4.55	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt < 2 cm	4-83

4.56	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt < 2 cm	4-84
4.57	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 2 cm	4-86
4.58	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 2 cm	4-87
4.59	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 3 cm	4-89
4.60	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 3 cm	4-90
4.61	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 5 cm	4-92
4.62	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 5 cm	4-93
4.63	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 7 cm	4-95
4.64	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 7 cm	4-96
4.65	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt < 2 cm	4-98
4.66	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt < 2 cm	4-99
4.67	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 2 cm	4-101
4.68	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 2 cm	4-102
4.69	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 3 cm	4-104
4.70	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 3 cm	4-105

4.71	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 5 cm	4-107
4.72	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 5 cm	4-108
4.73	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 7 cm	4-110
4.74	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 7 cm	4-111
4.75	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt < 2 cm	4-113
4.76	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt < 2 cm	4-114
4.77	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 2 cm	4-116
4.78	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 2 cm	4-117
4.79	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 3 cm	4-119
4.80	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 3 cm	4-120
4.81	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 5 cm	4-122
4.82	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 5 cm	4-123
4.83	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 7 cm	4-125
4.84	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 7 cm	4-126
4.85	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt < 2 cm	4-128

4.86	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt < 2 cm	4-129
4.87	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 2 cm	4-131
4.88	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 2 cm	4-132
4.89	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 3 cm	4-134
4.90	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 3 cm	4-135
4.91	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 5 cm	4-137
4.92	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 5 cm	4-138
4.93	Data Mentah Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 7 cm	4-140
4.94	Perhitungan Anova Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 7 cm	4-141
4.95	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada BD	4-143
4.96	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada BD	4-144
4.97	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada NT	4-146
4.98	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada NT	4-147
4.99	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada TT	4-149
4.100	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada TT	4-150
4.101	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada BD	4-152
4.102	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada BD	4-153
4.103	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada NT	4-155
4.104	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada NT	4-156
4.105	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada TT	4-158
4.106	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada TT	4-159

4.107	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada BD	4-161
4.108	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada BD	4-162
4.109	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada NT	4-164
4.110	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada NT	4-165
4.111	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada TT	4-167
4.112	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada TT	4-168
4.113	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada BD	4-170
4.114	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada BD	4-171
4.115	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada NT	4-173
4.116	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada NT	4-174
4.117	Data Mentah Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada TT	4-176
4.118	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada TT	4-177
4.119	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada BD	4-179
4.120	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada BD	4-180
4.121	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada BD	4-182
4.122	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada BD	4-183
4.123	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada BD	4-185
4.124	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada BD	4-186
4.125	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada BD	4-188
4.126	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada BD	4-189
4.127	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada BD	4-191
4.128	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada BD	4-192
4.129	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada NT	4-194
4.130	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada NT	4-195
4.131	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada NT	4-197
4.132	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada NT	4-198
4.133	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada NT	4-200
4.134	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada NT	4-201
4.135	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada NT	4-203
4.136	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada NT	4-204

4.137	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada NT	4-206
4.138	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada NT	4-207
4.139	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada TT	4-209
4.140	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada TT	4-210
4.141	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada TT	4-212
4.142	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada TT	4-213
4.143	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada TT	4-215
4.144	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada TT	4-216
4.145	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada TT	4-218
4.146	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada TT	4-219
4.147	Data Mentah Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada TT	4-221
4.148	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada TT	4-222
4.149	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt < 2 cm	4-224
4.150	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt < 2 cm	4-225
4.151	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 2 cm	4-227
4.152	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 2 cm	4-228
4.153	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 3 cm	4-230
4.154	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 3 cm	4-231
4.155	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 5 cm	4-233
4.156	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 5 cm	4-234
4.157	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 7 cm	4-236

4.158	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 7 cm	4-237
4.159	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt < 2 cm	4-239
4.160	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt < 2 cm	4-240
4.161	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 2 cm	4-242
4.162	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 2 cm	4-243
4.163	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 3 cm	4-245
4.164	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 3 cm	4-246
4.165	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 5 cm	4-248
4.166	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 5 cm	4-249
4.167	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 7 cm	4-251
4.168	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 7 cm	4-252
4.169	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt < 2 cm	4-254
4.170	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt < 2 cm	4-255
4.171	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 2 cm	4-257
4.172	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 2 cm	4-258

4.173	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 3 cm	4-260
4.174	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 3 cm	4-261
4.175	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 5 cm	4-263
4.176	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 5 cm	4-264
4.177	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 7 cm	4-266
4.178	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 7 cm	4-267
4.179	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt < 2 cm	4-269
4.180	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt < 2 cm	4-270
4.181	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 2 cm	4-272
4.182	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 2 cm	4-273
4.183	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 3 cm	4-275
4.184	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 3 cm	4-276
4.185	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 5 cm	4-278
4.186	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 5 cm	4-279
4.187	Data Mentah Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 7 cm	4-281

4.188	Perhitungan Anova Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 7 cm	4-282
4.189	Rata-rata Denyut Jantung Awal pada BD	4-300
4.190	Rata-rata Denyut Jantung Akhir pada BD	4-300
4.191	Rata-rata Denyut Jantung Awal pada NT	4-300
4.192	Rata-rata Denyut Jantung Akhir pada NT	4-300
4.193	Rata-rata Denyut Jantung Awal pada TT	4-301
4.194	Rata-rata Denyut Jantung Akhir pada TT	4-301
4.195	Energi Awal (Y1) pada BD	4-301
4.196	Energi Akhir (Y2) pada BD	4-302
4.197	Energi Awal (Y1) pada NT	4-302
4.198	Energi Akhir (Y2) pada NT	4-302
4.199	Energi Awal (Y1) pada TT	4-302
4.200	Energi Akhir (Y2) pada TT	4-303
4.201	Konsumsi Energi pada BD	4-303
4.202	Konsumsi Energi pada NT	4-303
4.203	Konsumsi Energi pada TT	4-304
5.1	Hasil Uji Anova untuk Kdj Berdasarkan tt	5-1
5.2	Hasil Uji Anova untuk Kdj Berdasarkan bb	5-1
5.3	Hasil Uji Anova untuk Kdj Berdasarkan ba	5-2
5.4	Hasil Uji Anova untuk Wt Berdasarkan tt	5-2
5.5	Hasil Uji Anova untuk Wt Berdasarkan bb	5-3
5.6	Hasil Uji Anova untuk Wt Berdasarkan ba	5-3
5.7	Interval Kdj dan Wt untuk bb 45 – 50 kg pada BD	5-4
5.8	Interval Kdj dan Wt untuk bb 45 – 50 kg pada NT	5-6
5.9	Interval Kdj dan Wt untuk bb 45 – 50 kg pada TT	5-7
5.10	Penentuan tt Terbaik untuk bb 45-50 kg	5-8
5.11	Interval Kdj dan Wt untuk bb 51 – 55 kg pada BD	5-10
5.12	Interval Kdj dan Wt untuk bb 51 – 55 kg pada NT	5-12
5.13	Interval Kdj dan Wt untuk bb 51 – 55 kg pada TT	5-14
5.14	Penentuan tt Terbaik untuk bb 51-55 kg	5-15

5.15	Interval Kdj dan Wt untuk bb 56 – 60 kg pada BD	5-17
5.16	Interval Kdj dan Wt untuk bb 56 – 60 kg pada NT	5-19
5.17	Interval Kdj dan Wt untuk bb 56 – 60 kg pada TT	5-20
5.18	Penentuan tt Terbaik untuk bb 56-60 kg	5-22
5.19	Interval Kdj dan Wt untuk bb 61 – 65 kg pada BD	5-24
5.20	Interval Kdj dan Wt untuk bb 61 – 65 kg pada NT	5-26
5.21	Interval Kdj dan Wt untuk bb 61 – 65 kg pada TT	5-27
5.22	Penentuan tt Terbaik untuk bb 61-65 kg	5-28

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Judul	Halaman
2.1	Pola Umum Denyut Jantung	2-4
2.2	Persamaan Regresi Linear Sederhana	2-10
3.1	<i>Flowchart</i>	3-1
4.1	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada BD	4-4
4.2	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada NT	4-7
4.3	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada TT	4-10
4.4	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada BD	4-13
4.5	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada NT	4-16
4.6	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada TT	4-19
4.7	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada BD	4-22
4.8	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada NT	4-25
4.9	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada TT	4-28
4.10	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada BD	4-31
4.11	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada NT	4-34
4.12	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada TT	4-37
4.13	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada BD	4-40
4.14	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada BD	4-43
4.15	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada BD	4-46
4.16	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada BD	4-49
4.17	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada BD	4-52
4.18	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada NT	4-55
4.19	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada NT	4-58
4.20	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada NT	4-61
4.21	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada NT	4-64
4.22	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada NT	4-67
4.23	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada TT	4-70
4.24	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada TT	4-73

4.25	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada TT	4-76
4.26	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada TT	4-79
4.27	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada TT	4-82
4.28	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt < 2 cm	4-85
4.29	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 2 cm	4-88
4.30	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 3 cm	4-91
4.31	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 5 cm	4-94
4.32	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 7 cm	4-97
4.33	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt < 2 cm	4-100
4.34	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 2 cm	4-103
4.35	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 3 cm	4-106
4.36	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 5 cm	4-109
4.37	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 7 cm	4-112
4.38	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt < 2 cm	4-115
4.39	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 2 cm	4-118
4.40	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 3 cm	4-121
4.41	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 5 cm	4-124

4.42	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 7 cm	4-127
4.43	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt < 2 cm	4-130
4.44	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 2 cm	4-133
4.45	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 3 cm	4-136
4.46	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 5 cm	4-139
4.47	Wilayah Kritis Kdj Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 7 cm	4-142
4.48	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada BD	4-145
4.49	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada NT	4-148
4.50	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 45-50 kg pada TT	4-141
4.51	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada BD	4-154
4.52	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada NT	4-157
4.53	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 51-55 kg pada TT	4-160
4.54	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada BD	4-163
4.55	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada NT	4-166
4.56	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 56-60 kg pada TT	4-169
4.57	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada BD	4-172
4.58	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada NT	4-175
4.59	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan tt untuk bb 61-65 kg pada TT	4-178
4.60	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada BD	4-181
4.61	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada BD	4-184
4.62	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada BD	4-187
4.63	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada BD	4-190
4.64	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada BD	4-193
4.65	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada NT	4-196
4.66	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada NT	4-199

4.67	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada NT	4-202
4.68	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada NT	4-205
4.69	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada NT	4-208
4.70	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt < 2 cm kg pada TT	4-211
4.71	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 2 cm kg pada TT	4-214
4.72	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 3 cm kg pada TT	4-217
4.73	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 5 cm kg pada TT	4-220
4.74	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan bb untuk tt 7 cm kg pada TT	4-223
4.75	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt < 2 cm	4-226
4.76	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 2 cm	4-229
4.77	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 3 cm	4-232
4.78	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 5 cm	4-235
4.79	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 45-50 kg dengan tt 7 cm	4-238
4.80	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt < 2 cm	4-241
4.81	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 2 cm	4-244
4.82	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 3 cm	4-247
4.83	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 5 cm	4-250
4.84	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 51-55 kg dengan tt 7 cm	4-253
4.85	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt < 2 cm	4-256

4.86	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 2 cm	4-259
4.87	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 3 cm	4-262
4.88	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 5 cm	4-265
4.89	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 56-60 kg dengan tt 7 cm	4-268
4.90	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt < 2 cm	4-271
4.91	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 2 cm	4-274
4.92	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 3 cm	4-277
4.93	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 5 cm	4-280
4.94	Wilayah Kritis Wt Berdasarkan ba untuk bb 61-65 kg dengan tt 7 cm	4-283
4.95	Grafik Kdj untuk bb 45-50 kg pada Bidang Datar	4-284
4.96	Grafik Kdj untuk bb 45-50 kg pada Naik Tangga	4-285
4.97	Grafik Kdj untuk bb 45-50 kg pada Turun Tangga	4-285
4.98	Grafik Kdj untuk bb 51-55 kg pada Bidang Datar	4-286
4.99	Grafik Kdj untuk bb 51-55 kg pada Naik Tangga	4-287
4.100	Grafik Kdj untuk bb 51-55 kg pada Turun Tangga	4-287
4.101	Grafik Kdj untuk bb 56-60 kg pada Bidang Datar	4-288
4.102	Grafik Kdj untuk bb 56-60 kg pada Naik Tangga	4-289
4.103	Grafik Kdj untuk bb 56-60 kg pada Turun Tangga	4-289
4.104	Grafik Kdj untuk bb 61-65 kg pada Bidang Datar	4-290
4.105	Grafik Kdj untuk bb 61-65 kg pada Naik Tangga	4-291
4.106	Grafik Kdj untuk bb 61-65 kg pada Turun Tangga	4-291
4.107	Grafik Wt untuk bb 45-50 kg pada Bidang Datar	4-292

4.108	Grafik Wt untuk bb 45-50 kg pada Naik Tangga	4-293
4.109	Grafik Wt untuk bb 45-50 kg pada Turun Tangga	4-293
4.110	Grafik Wt untuk bb 51-55 kg pada Bidang Datar	4-294
4.111	Grafik Wt untuk bb 51-55 kg pada Naik Tangga	4-295
4.112	Grafik Wt untuk bb 51-55 kg pada Turun Tangga	4-295
4.113	Grafik Wt untuk bb 56-60 kg pada Bidang Datar	4-296
4.114	Grafik Wt untuk bb 56-60 kg pada Naik Tangga	4-297
4.115	Grafik Wt untuk bb 56-60 kg pada Turun Tangga	4-297
4.116	Grafik Wt untuk bb 61-65 kg pada Bidang Datar	4-298
4.117	Grafik Wt untuk bb 61-65 kg pada Naik Tangga	4-299
4.118	Grafik Wt untuk bb 61-65 kg pada Turun Tangga	4-299
5.1	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 45-50 kg pada Bidang Datar	5-4
5.2	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 45-50 kg pada Bidang Datar	5-4
5.3	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 45-50 kg pada Naik Tangga	5-5
5.4	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 45-50 kg pada Naik Tangga	5-6
5.5	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 45-50 kg pada Turun Tangga	5-7
5.6	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 45-50 kg pada Turun Tangga	5-7
5.7	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 51-55 kg pada Bidang Datar	5-10
5.8	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 51-55 kg pada Bidang Datar	5-10
5.9	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 51-55 kg pada Naik Tangga	5-11
5.10	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 51-55 kg pada Naik Tangga	5-12

5.11	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 51-55 kg pada Turun Tangga	5-13
5.12	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 51-55 kg pada Turun Tangga	5-13
5.13	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 56-60 kg pada Bidang Datar	5-16
5.14	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 56-60 kg pada Bidang Datar	5-17
5.15	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 56-60 kg pada Naik Tangga	5-18
5.16	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 56-60 kg pada Naik Tangga	5-18
5.17	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 56-60 kg pada Turun Tangga	5-20
5.18	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 56-60 kg pada Turun Tangga	5-20
5.19	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 61-65 kg pada Bidang Datar	5-23
5.20	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 61-65 kg pada Bidang Datar	5-24
5.21	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 61-65 kg pada Naik Tangga	5-25
5.22	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 61-65 kg pada Naik Tangga	5-25
5.23	Grafik Kenaikan Denyut Jantung untuk Berat Badan 61-65 kg pada Turun Tangga	5-27
5.24	Grafik Waktu Tempuh untuk Berat Badan 61-65 kg pada Turun Tangga	5-27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Judul	Halaman
1	Pengumpulan Data (Lembar Pengamatan)	L1-1
2	Tabel f dengan $\alpha = 0,05$	L2-1
3	Contoh Pengolahan Data dengan Regresi Linear menggunakan SPSS 11.5	L3-1

DAFTAR SINGKATAN

1. ba = bidang aktivitas
2. bb = berat badan
3. tt = tinggi tumit
4. BD = Bidang Datar
5. KE = Konsumsi Energi
6. NT = Naik Tangga
7. TT = Turun Tangga
8. Kdj = Kenaikan denyut jantung
9. $\overline{Kdj}$ = Rata-rata Kenaikan denyut jantung
10. Wt = Waktu tempuh
11. $\overline{Wt}$ = Rata-rata Waktu Tempuh