



**HUBUNGAN NILAI KESAMAPTAAN JASMANI DENGAN  
NILAI KAPASITAS VITAL PARU PADA BATALYON  
PASKHAS 461 JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Nency Sri Ulina Tarigan**

**1110211180**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN”  
JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2015**



**HUBUNGAN NILAI KESAMAPTAAN JASMANI DENGAN  
NILAI KAPASITAS VITAL PARU PADA BATALYON  
PASKHAS 461 JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**NENCY SRI ULINA TARIGAN**

**1110211180**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
2015**

## **PERNYATAAN ORISINILITAS**

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama           Nency Sri Ulina Tarigan

NRP            : 1110211180

Tanggal       : 03 Juni 2015

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 03 Juni 2015

Yang Menyatakan,

(Nency Sri Ulina Tarigan)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**  
**SKRIPSIUNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nancy Sri Ulina Tarigan

NRP : 1110211180

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : Sarjana Kedokteran

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya saya yang berjudul :

**“HUBUNGAN NILAI KESAMAPTAAN JASMANI DENGAN NILAI KAPASITAS VITAL PARU PADA BATALYON PASKHAS 461 JAKARTA”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 03 April 2015

Yang Menyatakan,

(Nancy Sri Ulina)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Nancy Sri Ulina Tarigan  
NRP : 1110211180  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Nilai Kesamaptaan Jasmani dengan Nilai Kapasitas Vital Paru pada Batalyon Paskhas 461 Jakarta

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan Pembimbing serta telah diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

**Disetujui,**

dr. Lucy Widasari , M.Si

Ketua Penguji

Dr. dr. Edy Sedyawan, MSC

Pembimbing1

dr.Hany Yusmaini , M.kes

Pembimbing 2

dr. Mariono Reksoprodjo, Sp.OG, Sp.KP

Dekan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta

dr. Sri Wahyuningsih, M.Kes

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 03 Juni 2015

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan YME, atas rahmat serta karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya. Penelitian ini berjudul “Hubungan Nilai Kesamaptaaan Jasmani dengan Nilai Kapasitas Vital Paru Pada Batalyon Paskhas 461 Jakarta”.

Selama proses penulisan ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya serta memberikan penghargaan setinggi-tingginya kepada Dr. dr. Edy Sedyawan , MSC dan dr. Hany Yusmaini, M.Kes selaku pembimbing dan seluruh jajaran FK UPN “Veteran” Jakarta.

Selanjutnya penulis juga tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan moril dan materil serta kepada sahabat-sahabat yang telah membantu dalam prosesn pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan memiliki kelemahan serta keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran dari semua pihak yang sifatnya membangun dalam rangka penyempurnaan skripsi ini sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya bagi kita semua. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan Rahmat dan Ridho-Nya kepada kita semua.

Jakarta, 03 Juni 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	2
I.3 Tujuan Penelitian .....	2
I.4 Manfaat Penelitian .....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
II.1 Kebugaran Jasmani .....	4
II.1.1 Definisi <i>Kebugaran Jasmani</i> .....	4
II.1.2 Komponen <i>Kebugaran Jasmani</i> .....	4
II.2.1 Anatomi Paru .....	5
II.2.1.2 Histologi Paru .....	7
II.2.1.2.3 Fisiologi Paru .....	8
II.3 Pengaruh Olahraga terhadap paru .....	10
II.3.1 Efek Latihan.....	13
II.4 <i>Kesamaptaan Jasmani</i> .....	17
II.4.1 Definisi <i>Kesamaptaan jasmani</i> .....	17
II.4.2 Unsur-unsur <i>Kesamaptaan</i> .....	18
II.4.3 Sifat <i>Kesamaptaan Jasmani</i> .....	18
II.4.4 Manfaat <i>Kesamaptaan Jasmani</i> .....	18
II.4.5 Faktor Berpengaruh .....	19
II.4.6 Latihan <i>Kesamaptaan Jasmani</i> .....	19
II.4.7 Pelaksanaan Tes Samapta .....	22
II.4.8 Tehnik Pelaksanaan Tes Samapta .....	22
II.4.9 Hasil Penilaian Samapta .....	24
II.5 <i>Kapasitas Vital Paru</i> .....	25
II.5.1 Faktor Berpengaruh .....	26
II.5.2 Kapasitas Vital Ekspirasi Paksa.....	27
II.5.3 Volume Ekspirasi Paksa Detik Pertama .....	29
II.5.4 Nilai Normal KVP dan VEP1 .....	30

II.6	Kerangka Teori .....	32
II.7	Kerangka Konsep .....	33
II.8	Hipotesis .....	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		35
III.1	Jenis Penelitian.....	35
III.2	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	35
III.3	Subjek Penelitian .....	35
III.3	Populasi Penelitian.....	35
III.3	Sampel Penelitian.....	35
III.3	Kriteria Subjek Penelitian .....	36
III.3	Kriteria Inklusi .....	36
III.3	Kriteria Eksklusi .....	37
III.4	Teknik Pengambilan Sampel .....	37
III.5	Rancangan Penelitian.....	37
III.6	Identifikasi Variabel.....	37
III.6	Variabel Independen .....	37
III.6	Variabel Dependen.....	37
III.7	Definisi Operasional Variabel .....	38
III.8	Instrumen Penelitian .....	38
III.9	Analisis Data.....	39
III.10	Protokol Penelitian.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....		41
IV.1	Gambaran Tempat Penelitian.....	41
IV.1	Lokasi Penelitian.....	41
IV.1	Tugas Pokok.....	41
IV.2	Deskripsi Hasil Penelitian.....	41
IV.2	Analisis Univariat .....	41
IV.2	Nilai Kesamaptaan Jasmani .....	41
IV.2	Nilai Kapasitas Vital Paru.....	42
IV.2	Analisis Bivariat.....	42
IV.2	Hubungan Nilai Kesamaptaan dengan Kapasitas Vital Paru.....	43
IV.3	Pembahasan.....	43
IV.3	Pembahasan Nilai Kesamaptaan Jasmani .....	44
IV.3	Pembahasan Nilai Kapasitas Vital Paru.....	45
IV.3	Pembahasan Hubungan Nilai Kesamaptaan Jasmani dengan Nilai Kapasitas Vital Paru.....	46
IV.4	Hambatan dan Keterbatasan Penelitian .....	47
BAB V PENUTUP.....		49
V.1	Kesimpulan .....	49
V.2	Saran .....	50
DAFTAR PUSTAKA .....		xiv



## RIWAYAT HIDUP

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Distribusi Frekuensi Nilai Kesamaptan Jasmani .....	43
Tabel 2	Distribusi Frekuensi Nilai Kapasitas Vital Paru.....	44
Tabel 3	Hubungan Nilai Kesamaptan Jasmani dengan Nilai Kapasitas Vital Paru .....	45
Tabel 4	Hasil Uji Korelasi .....	45

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Kerangka Teori.....	32
Bagan 2	Kerangka Konsep.....	33
Bagan 3	Protokol Penelitian.....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Proposal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian FK UPN “Veteran” Jakarta
- Lampiran 3 Lembar Disposisi Batalyon Paskhas 461
- Lampiran 4 *Ethical Approval*
- Lampiran 5 Instrumen Penelitian
- Lampiran 6 Data Mentah Responden
- Lampiran 7 *Output SPSS*
- Lampiran 8 Foto-foto Kegiatan

