

LAMPIRAN

JURNAL GIZI KLINIK INDONESIA
Vol. 6, No. 1, Juli 2009: 13-20

Pola makan dan kebugaran jasmani atlet pencak silat selama pelatihan daerah Pekan Olahraga Nasional XVII Provinsi Bali tahun 2008

Putu Ayu Widiastuti¹, B.M. Wara Kushartanti², B.J. Istiti Kandarina³

ABSTRACT

Background: The fulfillment of nutrient intake is a basic need of athletes. The result of observation to some athletes with varied branches of sport indicates that nutrition and physical exercise will simultaneously bring better output. Presently, attention to the administration of nutrition for athletes is lacking, moreover at local level. Meanwhile, providing good nutrition is as important as maintaining sports achievement.

Objective: The study aimed to identify support of eating pattern to physical exercise of Bali self-defence athletes during local training of National Sports Week XVII Province of Bali.

Method: This was a descriptive analytical study which used qualitative and quantitative approaches and cross sectional design. Subjects of the study were all of 26 self defence athletes participating in local training at National Sports Week Province of Bali. Data gathered were eating pattern, physical fitness (VO_2 max and body fat percent), and physiological condition (hemoglobin level). Support of eating pattern to physical exercise was measured in terms of physical fitness using regression and correlation analysis.

Results: Most of nutrient intakes of Bali self-defences athletes were low in carbohydrate but high in fat and protein. Statistical analysis showed that there were correlation and effect of vitamin C and Fe intake to VO_2 max. There were correlation and effect of carbohydrate to body fat percent. There was protein affected hemoglobin level.

Conclusion: Adequate consumption of nutrients was needed to support athletes in doing physical exercise during training period.

KEY WORDS dietary pattern, energy, carbohydrate, fat, protein, vitamin C, Fe, physical fitness, haemoglobin concentration, self-defence athletes

PENDAHULUAN

Pemenuhan asupan gizi merupakan kebutuhan dasar bagi atlet olahraga. Hasil pengamatan pada beberapa atlet dengan latar belakang berbagai cabang olahraga menunjukkan bahwa gizi dan latihan fisik secara bersamaan akan menghasilkan prestasi yang baik (1). Namun demikian, saat ini perhatian terhadap pengaturan gizi atlet masih sangat kurang, apalagi di tingkat daerah. Diperhatikan lebih dalam, persoalan gizi ini tidak kalah penting dalam pencapaian prestasi olahraga. Jika asupan gizi kurang, latihan berat pun akan menjadi kurang bermanfaat. Hal ini bukan saja disebabkan rendahnya gizi makanan atlet, melainkan buruknya kebiasaan atlet dalam hal pengaturan makan. Makanan yang sesuai dengan selera belum tentu memenuhi kebutuhan gizi atlet, sehingga atlet tidak menghasilkan

cabang olahraga pencak silat. Pada tahun 1990-an, cabang olahraga pencak silat selalu menjadi lumbung emas bagi tim Sea Games Indonesia, namun setelah berjaya di tahun 1997 dengan mengantongi 12 medali emas, prestasi Indonesia menurun (3).

Belakangan ini perkembangan pencak silat Indonesia, khususnya Bali mulai bangkit. Prestasi atlet pencak silat Bali mendominasi, sehingga Bali digunakan sebagai tolak ukur kemajuan Indonesia pada cabang olahraga pencak silat. Namun demikian, prestasi yang dicapai ini belum dapat mengimbangi atlet-atlet dari negara Vietnam, Singapura, dan Filipina yang menjadi pesaing berat, baik di tingkat ASEAN, Asia, maupun dunia (3).

Di Bali, masalah pengaturan gizi atlet juga masih belum

GAYA HIDUP, KEBUGARAN JASMANI, DAN KONSENTRASI ATLET BOLA BASKET TIM SATYA WACANA SALATIGA MENGHADAPI INDONESIAN BASKETBALL LEAGUE (IBL) 2017

Antonius Tri Wibowo

Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana
Email: antoniustriwibowo@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui gaya hidup, kebugaran jasmani dan konsentrasi pemain bola basket tim Satya Wacana Salatiga pada persiapan menghadapi kompetisi IBL 2017. Metode penelitian deskriptif menggunakan sampel 14 atlet pemain tim Bola basket Satya Wacana, pengambilan data kebugaran jasmani dan konsentrasi menggunakan tes, gaya hidup menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian adalah *Multistage Fitness Test*, *Grid Concentration Exercise* dan kuesioner gaya hidup. Hasil dari penelitian ini, kebugaran jasmani terdata 8 atlet kategori 'Baik', 4 atlet kategori 'Sedang' dan 2 atlet kategori 'kurang'. Data konsentrasi 6 atlet kategori 'kurang sekali', 6 atlet kategori 'Kurang', 2 atlet kategori 'Cukup'. Gaya hidup pemain Satya Wacana Salatiga mengkonsumsi makan sebanyak 3 kali. Makanan sebelum pertandingan 12 atlet mengkonsumsi pisang dan roti, 2 atlet makan pizza dan burger, sedangkan makanan sesudah pertandingan adalah pizza dan burger, nasi, ayam. Konsumsi cairan rata-rata mencapai 11 gelas air mineral. Kebiasaan minum alkohol 9 atlet tidak pernah minum, 2 atlet masih minum setidaknya 1 bulan sekali dan 3 atlet minum setidaknya 3 bulan sekali. Merokok 11 atlet tidak dan 1 sudah berhenti dan 2 proses berhenti. Istirahat 8 jam perhari. Suplemen *gainer* dan multivitamin dikonsumsi vitamin C. Kesimpulan: Pemain tim Bola basket Satya Wacana memiliki kebugaran 8 atlet kategori 'Baik', 4 atlet kategori 'Cukup' dan 2 atlet kategori 'Kurang'. Konsentrasi 6 atlet kategori 'Kurang sekali' 6 atlet kategori 'Kurang' dan 2 atlet kategori 'Cukup'. Gaya hidup atlet sebagian besar masih belum terkontrol kecukupan kalornya.

Kata kunci: Gaya hidup, kebugaran jasmani, konsentrasi.

GAYA HIDUP, STATUS GIZI DAN STAMINA ATLET PADA SEBUAH KLUB SEPAKBOLA

Mirza Hapsari Sakti Titis Penggalih, Emy Huriyati
Program Studi Gizi Kesehatan, FK UGM, Yogyakarta

ABSTRACT

Background: Indonesian Sport's achievement is decline in ASEAN level. It has been being our consideration for professional athletes in Indonesia. Nutrition is one of major factor that contribute a lot of sports performance in athletes. Carbohydrates, protein, fat, fiber, fluid and others micro nutrient intakes are important to maintain health, training adaptation, and improve performance athlete weather neither in training session nor in match day. **Objective:** The aim of this research was to know about lifestyle, nutritional status and athlete's endurance in a soccer club.

Method: This research was an observational research with cross-sectional design. This research was held in Gelora Remaja Persatuan Sepakbola Kabupaten Pasuruan (PerseKabPas). Research subject were athletes who train under this club and follow the research. Data collected through interview (nutritional intake and lifestyle); anthropometry measurements (weight, height, and skin fold); and VO₂max measurement. Data was displayed descriptively and analysed with regression and chi-square technique.

Result: Sixteenth respondents involved in this research. Athletes were never drinks alcohol (0 glass/ d), coffee (0, 4 glass/d), smoke (1 cigarette/d); tea consumption (1, 75 glass/d) and three time eating pattern. Daily activities were sleep (7, 63 h/d); training (3, 5 h/d); Work (3, 06 h/d) and study (1, 69 h/d). Nutritional intake for calories (daily, pre and post match day) respectively were 1559,85 cal; 1417,89 cal and 1708,07 cal. Protein intakes were 57,41 gr; 44,18 gr; 51,32 gr. Fat intakes were 31,12 gr; 30,86 gr; 33,48 gr. Carbohydrate intakes were 229,43 gr; 215,69 gr; 274,73 gr. Body Mass Index and body fat were 20,93 kg/m² and 11, 05%. VO₂Max measurement was 38, 13. The regression and chi-square technique shown that age, BMI, body fat independently didn't give any positive and significant relation to athlete's endurance ($P > 0,05$), but BMI and body fat together, calories intake, lifestyle and physical activities gave a positive and significance relation to athletes endurance ($P < 0,05$).

Conclusion: Nutritional intake in this research was far below the recommended nutritional needs for adult and national athletes. Athlete's lifestyle has been applying the recommendation from International Olympic Committee; Nutritional status was normal (BMI and body fat). Athlete's endurance was far below national athletes of endurance standard. There were a positive and significance relation between calories intake, lifestyle, physical activities and nutritional status to athlete's endurance.

Keywords: lifestyle, nutritional status, endurance, soccer

HUBUNGAN GAYA HIDUP, STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI (STUDI PADA ATLET SOFTBALL PERGURUAN TINGGI DI SEMARANG TAHUN 2017)

Elvia Raissa Vania, Siti Fatimah Pradigdo, S.A Nugraheni

*Elvia Raissa Vania, elviaraisav@gmail.com

ABSTRACT

The Achievement of college softball athletes in Semarang has not reached the expectation. This condition can be caused by the low level of physical fitness influenced by lifestyle, nutritional status and physical activity. The aim of this study was to analyse the correlation between lifestyle, nutritional status, physical activity and the level of physical fitness in softball athletes. This study was an explanatory research with a cross sectional design. Population were all of the softball athlete aged 17-25 years old in UNDIP, UNNES and UPGRIS. Total sampling technique was used, 43 respondents met the inclusion criteria. Data were obtained by interview using structured questionnaires and analyzed using Rank Spearman correlation test. The results showed that 20.9% of the respondents were heavy smokers and 16.3% consumed alcohol. As many as 48.8% were overweight and obese by BMI, 70.4% were classified as overweight and obese based on body fat percentage for male athletes, 31.2% were overweight and obese based on body fat percentage for female athletes. Most of the respondents (55.8%) were classified as having low physical activity level and 76.7% were classified as having poor physical fitness. There were positive correlations between Body Mass Index (BMI) ($p = 0.001$), male body fat percentage ($p = 0.001$), female body fat percentage ($p = 0.001$), physical activity ($p = 0.001$) and physical fitness level in softball athletes. There was no correlation between smoking and alcohol consumption with physical fitness level in this study. It is recommended that athletes avoid smoking and alcohol consumption, pay attention to food intake and physical activity to maintain body weight in order to obtain optimal physical fitness.

Keywords : Lifestyle, Nutritional Status, Physical Activity, Physical Fitness, Softball Athlete

PENDAHULUAN
Kesehatan

jasmani

mobilitas gerak, penguatan otot dan lain.lain.²

ABSTRAK

Muhammad Choirul Umam 2013. *Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Atlet Bola Basket Putra Tim Porprov Kota Tegal Tahun 2013.* Skripsi Jurusan PKLO Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Priyanto, S.Pd.M.Pd. Dra. Kaswarganti Rahayu, M. Kes.

Kata Kunci: Kebiasaan Merokok, Kesegaran Jasmani

Kesegaran Jasmani merupakan kebutuhan pokok bagi seseorang dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Kesegaran yang dimiliki seseorang akan memberikan pengaruh terhadap kinerja seseorang dan juga akan memberikan dukungan yang positif terhadap hasil kerja atau belajar. Kesegaran jasmani seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor yakni, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal diantaranya aktifitas fisik, lingkungan dan kebiasaan merokok.

Kebiasaan merokok mengganggu kesehatan, kenyataan ini tidak bisa kita pungkiri. Banyak penyakit telah terbukti menjadi akibat buruk dari merokok, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dengan tingkat kesegaran jasmani pada atlet bola basket putra tim porprov kota Tegal tahun 2013.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet basket putra tim porprov kota Tegal tahun 2013 yang berjumlah 12 orang. Adapun sampel untuk penelitian sebanyak 12 pemain yang diambil dengan teknik sampling jenuh. Instrumen yang digunakan oleh peneliti yaitu angket untuk kebiasaan merokok dan TKJI untuk kesegaran jasmani, teknik analisis data yang digunakan yaitu menggunakan analisis distribusi persentase dan korelasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1. kebiasaan merokok pada atlet basket putra tim porprov kota Tegal tahun 2013 pada tingkat yang masuk dalam kategori perokok berat dengan rata-rata skor 54,67 dan setelah didistribusikan ke dalam distribusi persentase sebesar 72,89 %, 2. tingkat kesegaran jasmani dengan skor rata-rata 11, masuk dalam kategori kurang, 3. ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan tingkat kesegaran jasmani dari dua variabel tersebut besarnya $r = 0.936$.

Dengan demikian penulis menarik kesimpulan bahwa kebiasaan merokok atlet bola basket putra tim porprov kota tegal tahun 2013 berpengaruh terhadap kesegaran jasmani, dari kedua variabel tersebut ada hubungan yang signifikan. Penulis menyarankan agar atlet bola basket putra tim porprov kota tegal tahun 2013 dapat mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok.

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DENGAN
KEBUGARAN JASMANI PADA ATLET PENCAK SILAT PAGAR NUSA GRESIK**

*The Association of Nutritional Status and Nutrition Knowledge with Physical Fitness in
The Martial Arts Athlete in Pagar Nusa Gresik*

Hasanatum¹, Eka Srirahayu A.¹, Dian Agnesia¹

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between nutritional status and balanced nutrition with physical fitness in the martial arts athlete in Pagar Nusa Gresik. This research uses a cross sectional approach. The population used is 10-18 years old who are members of the Nusa Gresik Fence. 50 athletes. Data was collected through measurements of body weight, height, and body fat percent, questionnaires, and physical fitness tests. The results showed 82% of athletes had normal BMI, 56% of athletes had healthy body fat percent, 76% of athletes had good levels of knowledge, and 68.5% of athletes had sufficient physical fitness levels. Statistical tests show that there is a relationship between BMI / U with physical fitness ($p = 0.000$), and no relationship between body fat percent ($p = 0.093$), balanced nutritional knowledge ($p = 0.326$) with physical fitness.

Keywords: *Nutritional status, percent body fat, knowledge, physical fitness*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Status gizi Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Kebugaran Jasmani Pada Atlet Pencak Silat Pagar Nusa Gresik. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi yang di gunakan usia 10-18 tahun yang tergabung di Pagar Nusa Gresik, sebanyak 50 atlet. Data dikumpulkan melalui pengukuran berat badan, tinggi badan, dan persen lemak tubuh, pengisian kuesioner, dan tes kebugaran jasmani. Hasil penelitian menunjukkan 82% atlet memiliki IMT normal, 56% atlet memiliki persen lemak tubuh sehat, 76% atlet memiliki tingkat pengetahuan baik, dan 68.5% atlet memiliki tingkat kebugaran jasmani cukup. Uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara IMT/U dengan kebugaran jasmani ($p=0,000$), dan tidak hubungan antara persen lemak tubuh ($p=0,093$), pengetahuan gizi seimbang ($p=0,326$) dengan kebugaran jasmani.

Kata kunci : *status gizi, persen lemak tubuh, pengetahuan, kebugaran jasmani*

PENDAHULUAN

keadaan kesehatan fisik seseorang atau

STATUS GIZI SERTA ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN SIGNIFIKAN DENGAN KEBUGARAN JASMANI ATLET LARI DI SOUTH BORNEO RUNNERS BANJARMASIN

Norhasanah¹, Venadya Syela Bonita², Firyal Yasmin¹

¹STIKes Husada Borneo, Jl. A. Yani Km. 30,5 No.4 Banjarbaru, Kalimantan Selatan

²Alumni STIKes Husada Borneo, Jl. A. Yani Km. 30,5 No.4 Banjarbaru, Kalimantan Selatan

Korespondensi: sanahmay@gmail.com

Abstrak

Kebugaran jasmani mutlak diperlukan oleh seorang atlet agar dapat berlatih maupun bertanding dengan maksimal untuk mencapai prestasi. Klub *South Borneo Runners* merupakan suatu klub olahraga yang melakukan pembinaan terhadap atlet agar menjadi atlet yang berprestasi dalam bidang olahraga lari. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi serta tingkat konsumsi energi dan protein dengan kebugaran jasmani atlet. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *cross sectional* terhadap 72 atlet lari. Didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan asupan energi dan protein dengan kebugaran jasmani atlet lari berdasarkan nilai p masing masing adalah 0,001, 0,017 dan 0,006 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa korelasi antara status gizi, asupan energi dan protein dengan kebugaran jasmani menunjukkan kekuatan hubungan yang rendah dengan masing-masing nilai r sebesar 0,391, 0,280 dan 0,319. Perhatian terhadap status gizi dan asupan gizi menjadi hal penting bagi atlet karena hubungannya dengan kebugaran jasmani.

Kata kunci: Asupan Energi, Asupan Protein, Atlet Lari, Kebugaran Jasmani, Status Gizi

Abstract

Physical fitness is absolutely necessary for an athlete to be able to practice and compete to the maximum to achieve achievement. The South Borneo Runners club is a sports club that aims to foster athletes to become athletes who excel in running. This study aims to analyze the relationship between nutritional status and the level of energy and protein consumption with athlete physical fitness. This study used a cross sectional study of 72 running athletes. The results show that there is a significant relationship between nutritional status and energy and protein intake with physical fitness of running athletes based on p value respectively 0.001, 0.017 and 0.006 ($p < 0.05$) and the correlation coefficient values indicate that the correlation between nutritional status, energy intake and protein with physical fitness shows a low strength relationship with r values of 0.391, 0.280 and 0.319 respectively. Attention to nutritional status and nutritional intake is important for athletes because of their relationship with physical fitness.

Keywords: Energy Intake, Physical Fitness, Protein Intake, Nutritional Status, Runners Athletes

PENDAHULUAN

Olahraga erat kaitannya dengan kebugaran jasmani, hal ini sesuai dengan pengertian olahraga menurut Kemenkes RI (2014) bahwa

Irianto, dkk. (2012) disebutkan bahwa untuk mencapai prestasi yang maksimal, seorang atlet harus mempunyai kebugaran jasmani yang tinggi. Derajat kebugaran jasmani yang tinggi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu

RESEARCH STUDY

Open Access

Hubungan Status Gizi dan Level Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kebugaran pada Pemain Bola Basket di UKM Basket

Correlation Between Nutrition Status, Physical Activity and Fitness Level among Basketball Players in Student's Basketball Club

Febry Dian Permatasari^{*1}, Annis Catur Adi², Ratna Candra Dewi³

ABSTRAK

Latar Belakang: Olahraga bola basket menuntut ketahanan fisik, kecepatan, dan pengeluaran energi yang besar. Pada mahasiswa, sering muncul masalah rendahnya tingkat kebugaran karena aktivitas fisik yang kurang sehingga dapat menghambat kemampuan olahraga. Selain itu, konsumsi makanan dan minuman yang tidak teratur dapat mempengaruhi status gizi. Teknik dan latihan tanpa dilengkapi dengan status gizi baik tidak akan mencapai prestasi yang optimal.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan mempelajari hubungan antara status gizi dan aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran pemain bola basket di UKM basket Surabaya.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Cross Sectional*. Sampel penelitian sebanyak 40 orang diambil secara acak dengan menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data meliputi status gizi dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan, kuesioner aktivitas fisik dan pengukuran tingkat kebugaran dengan metode *bleep test*. Analisis data yang digunakan adalah korelasi *Pearson*.

Hasil: Mayoritas status gizi responden normal (85,7%) laki-laki dan (84,1%) perempuan. Mayoritas aktivitas fisik responden adalah tinggi (52,4%) laki-laki dan (73,7%) perempuan. Sedangkan tingkat kebugaran mayoritas baik dengan (28,5%) laki-laki dan (26,3%) perempuan. Adanya hubungan antara aktivitas fisik ($p=0,049$) dengan tingkat kebugaran, sedangkan status gizi dengan tingkat kebugaran pemain bola basket tidak ditemukan hubungan yang signifikan ($p=0,693$).

Kesimpulan: Aktivitas fisik berhubungan dengan tingkat kebugaran dan status gizi tidak berhubungan dengan tingkat kebugaran pada pemain bola basket. Pemain bola basket sebaiknya memantau status gizi (IMT) bersamaan dengan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga secara rutin dalam kehidupan sehari-hari. Apabila hanya dengan status gizi baik tanpa aktivitas fisik, maka tingkat kebugaran tidak akan meningkat

Konsumsi Makanan, Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Atlet Sepak Bola Jember
United FC
(Food Consumption, Nutritional Status and Fitness Level of Football Athletes in
Jember United FC)

Emir Saddam Bagustila¹, Sulistiyani¹, Iken Nafikadini²
¹Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat
²Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember
Jalan Kalimantan 37 Kampus Tegal Boto Jember 68121
e-mail korespondensi: bagustila_8@yahoo.com

Abstract

Achievement of the football athlete influenced by physical characteristics, that is height, weight and age. In addition, nutritional status and food consumption also play an important role in maintaining or improving physical fitness an athlete in order to achieve the desired peak performance. Jember United FC is a football club in Jember District which has quite a lot of achievements. However, setting nutrition and fitness level measurements athlete has never been done. This study analyze the correlation between food consumption, nutritional status and fitness level of football athletes in Jember United FC. Type of research is observational analytic research using cross sectional approach. The population in this study were all football athletes Jember United FC, totaling 26 people. Data analysis used a statistical test Pearson product moment correlation with $\alpha = 0.05$. The analysis showed that the consumption level has a significant correlation with the fitness level. Beside that, nutritional status has a significant correlation with the fitness level.

Keyword: food consumption, nutritional status, fitness level football athletes

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Made Dwi Karisma Putri
NIM : P07131217018
Program Studi : Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021
Alamat : JL. Pidada V No 8
Nomor HP/Email : 089602052593/dwikarismaa1998@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa Tugas Akhir dengan Judul:

Hubungan Gaya Hidup, Status Gizi Dengan Kebugaran Fisik Atlet Remaja

1. Dan Menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialihkan mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan dipublikasikan di internet atau media lain kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pertanyaan ini saya buat dengan sungguh- sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pertanyaan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 28 Agustus 2021

Yang menyatakan,



Handwritten signature of Made Dwi Karisma Putri.

Made Dwi Karisma Putri

NIM: P07131217018