



**PENGARUH PUASA TERHADAP KETELITIAN KERJA
(NUMERIK) PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI UNIVERSITAS JEMBER**

SKRIPSI

Oleh:
Eva Nurfaizah Hidayati
NIM. 021610101074

**FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI
UNIVERSITAS JEMBER
2007**



**PENGARUH PUASA TERHADAP KETELITIAN KERJA
(NUMERIK) PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI UNIVERSITAS JEMBER**

SKRIPSI

Diajukan guna Memenuhi Syarat-syarat untuk
Meraih Gelar Sarjana Kedokteran Gigi
pada Fakultas Kedokteran Gigi
Universitas Jember

Oleh:
Eva Nurfaizah Hidayati
NIM. 021610101074

**FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI
UNIVERSITAS JEMBER
2007**

PERSEMBAHAN

Teriring puji syukur kepada Allah Swt., serta shalawat kepada Nabi Muhammad Saw, Kupersembahkan Karya Tulis ini kepada:

1. Islam, dienul haq
2. Ibunda tercinta Hj. Dari'atun, S.Pdi. dan Ayahanda Drs. H.M. Suprihadi Ismail, MSi. atas cinta dan kasih sayang yang tak terbatas, atas do'a yang selalu tercurah, dan dorongan semangat yang tak henti-hentinya. *"i'm very proud to be your daughter"*
3. My second father dr. Sugeng Muallif and *his wife* dr. Yasmin Muallif, Sp.KK, *who's always share with me and teach me how to loving 'this job' although it's not easy.*
4. Mbak Evi dan Mas Yus serta si kecil 'ila' terima kasih atas keceriaannya
5. Almamater dan Guru-Guruku mulai dari SD hingga sekarang yang telah membentukku menjadi diriku saat ini.
6. Ikhwah Fillah, yang semoga kita selalu dalam naungan-Nya tidak hanya di dunia ini, tapi juga di akhirat kelak

Melalui karya tulis ini, semoga dapat mewakili keinginan saya untuk selalu mengingat kebaikan dan mengucapkan terima kasih kepada:

1. Keluarga besarku di Banyuwangi, yang selalu memberi semangat dan dukungan untuk senantiasa menuntut ilmu terutama 'Mbah Anang' dan Lek Syahri yang selalu memicuku agar tidak berhenti hanya sampai menjadi 'dokter gigi' saja. Semoga Allah senantiasa melindungi kita semua.
2. Keluarga besar Bapak dan Ibu Muhajir (Danau Toba II/79), terima kasih atas kebaikan, bantuan, dan nasihatnya semenjak pertama kali saya menginjakkan kaki di Jember hingga saat ini.
3. Na'ilah girls: D' Nurul, D' Ela, D'Lita (*my pooh bear*), Jeng QQ, Rena yang lucu, Cely yang selalu kuintervensi kamarnya (*afwan wa jazzakillah ya...*), terima kasih atas kekompakan, keceriaan, dan 'kegilaannya', semoga Allah senantiasa memberi keberkahan atas persahabatan kita.
4. *My second family* di jember, terutama: Bu Yayuk, Bu Yuroh, Bu Lis, Bu Eli, Bu Erin, dan *ummahat-ummahat* lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas kehangatan cintanya yang membuat saya tidak pernah merasa sendirian di Jember. Terima kasih atas nasihat, do'a restu, dan bantuannya.
5. Saudara-saudaraku seperjuangan di Islamic Dentistry FKG Unej: Kakak, Teman, Adik, yang memberiku warna dan suasana yang berbeda di FKG ini. *Always keep our spirit!!!*. Jangan pernah lelah dan putus asa untuk selalu menebarkan kebaikan ya...
6. Teman-teman yang selalu bersamaku berjuang di kampus ini: M'Evi, Atun, M'Wahyu, M'Rani, M'Nanik, Santi, Aris, D'Nisma, terima kasih atas segala masukan dan bantuannya. *Never stop to create 'it' to be a better place.*
7. *Big Family in Identic*: Imel, Farhan, Maya (USU), D' Dyah (Unsri), D'Nia, Fajar, M'Eva, (UI), Kak Findo, Didi, Diikdik, D'Asnur, D'Ai, D'Sulih (Unpad), D'Depi, D'Evi, M'Sandra, M'Indah, Adi, Ricky, Arya, '*our leader*' Haamid (UGM), Akbar, D'Bertha, D'Prima, D'Rini, Nana (Unair), Kak Iqbal, Kak Fany,

Imran, Irfan, Firman (Unhas), *all of you make me feel never walk alone, always 'be inspired' bro and sist.*

8. Keluarga besar DPD PKS Jember atas '*ukhuwah*' dan do'anya sehingga saya merasa memiliki keluarga 'yang sebenarnya' walau jauh dari orang tua.
9. Saudara-saudaraku mantan penghuni '*Malang City*' yang mengawali mengantarkan diriku hingga menjadi diriku saat ini: Nuri, M'Ratih, M'Pipit, M'Winda, Sofa, dan semuanya...(semoga saya tidak pernah melupakan kebaikan kalian). Semoga Allah-lah yang mempertemukan kita, dan memisahkan kita agar kita menjadi orang yang benar-benar dibutuhkan untuk agama ini dimanapun kita berada. Dan semoga kita dapat membingkai persahabatan kita ini sebagai wujud kecil kecintaan kita pada-Nya.
10. Sahabat-Sahabatku semenjak SMP: Danang di Jakarta, Yudha di Yogya, Cak Son di Kuala Lumpur (kapan pulang? Bagi-bagi info beasiswa di luar negeri dung...), Agus di Jakarta, Vicky di Malang, Fifi, terima kasih atas waktu kalian untuk saling bercerita, curhat, memotivasi, dan berbagi untuk melepas kepenatanku setelah beraktivitas. Semoga kita tetap dapat mempertahankan '*brotherhood*' ini sampe kakek-nenek.
11. Sobatku SMA, Tina and Gama yang selalu memberi keceriaan, persahabatan, dan '*spirit*'-nya walau sudah 2 tahun lebih tidak bertemu.
12. Teman-teman seperjuanganku di FKG: Menil (yang sudah jadi partnerku semenjak hari pertama menginjakkan kaki di Unej), Ina, M'Amel, M'Rini, M'Neli, M'Lidya dan teman-temanku yang lain. terima kasih atas bantuannya.
13. Adek-adekku di FKG: D'Agnis, D'Ed, D'Nia, D'Kiko, D'Dian, D' Prima, D'Anin, D'Litha, D'Ocha, D'Nia, D'Iin, D'Dubita, D' Ninda, terima kasih atas keceriaan, suasana yang berbeda, dan kesempatannya untuk saling berbagi ilmu. Tetap semangat!!!
14. Seluruh teman-teman angkatan 2002, terima kasih atas kerja samanya dan sukses untuk semuanya.
15. *All the peoples who always inspiring me anywhere, anytime, thanks.*

16. Semua pihak yang mungkin tidak bisa disebutkan di sini. Semoga saya senantiasa dapat mengingat kebaikan-kebaikan yang telah diberikan kepada saya.

MOTTO

- "Cukuplah Allah bagiku, tiada Tuhan selain Dia. Hanya kepada-Nya aku bertawakal..." (QS At-Taubah:129)
- "Barangsiapa yang bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mengadakan baginya jalan keluar, dan memberinya rizki dari arah yang tidak disangka-sangka; dan barangsiapa yang bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan segala keperluannya' (QS. Ath-Thalaq: 2-3)
- "Lihatlah dari dunia apa yang baik untuk jiwamu, lalu ambillah. Meskipun orang di sekitarmu menganggapnya jelek. Dan lihatlah dari dunia ini apa yang buruk bagi jiwamu, lalu tinggalkanlah. Kendatipun orang-orang di sekitarmu menganggapnya baik."(Salamah bin Dinar)
- Take time to THINK. It is the source of power.
Take time to READ. It is the foundation of wisdom.
Take time to QUIET. It is the opportunity to seek GOD.
Take time to DREAM. It is the future made of.
Take time to PRAY. It is the greatest power on earth.
- Author Unknown -
- "Pelajarilah olehmu akan ilmu, sebab ilmu itu memberikan rasa takut kepada Allah. Menuntutnya merupakan ibadah, mengulang-ulangnya merupakan tasbih, pembahasannya merupakan jihad, mengajarkannya kepada orang yang belum mengetahuinya merupakan sedekah, dan menyerahkannya kepada ahlinya merupakan pendekatan diri (kepada Allah). (HR. Ibnu Addil Barr)
- Sesungguhnya resapan peristiwa masa lalu dan saat ini, tak kan bisa lenyap dengan mudah dari hati seseorang. Tidak bisa dengan sederhana diselesaikan melalui tulisan di atas kertas. Tidak bisa dituntaskan hanya dengan khutbah dan ceramah. Karenanya, perubahan yang kita inginkan memerlukan waktu yang panjang, keseriusan yang terus-menerus, kesabaran yang berlipat, dan upaya yang tak kenal lelah. (Hasan Al-Banna)

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Nurfaizah Hidayati

NIM : 021610101074

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya tulis ilmiah yang berjudul: *Pengaruh Puasa terhadap Ketelitian Kerja (Numerik) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember* adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya, dan belum pernah diajukan pada institusi manapun, serta bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Selasa, 28 Agustus 2007

Yang menyatakan,

Eva Nurfaizah Hidayati

021610101074

SKRIPSI

**PENGARUH PUASA TERHADAP KETELITIAN KERJA
(NUMERIK) PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI UNIVERSITAS JEMBER**

Oleh:

Eva Nurfaizah Hidayati

NIM 021610101074

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : drg. Zahreni Hamzah, MS.

Dosen Pembimbing Anggota: drg. R. Rahardyan Parnaadji, M.Kes.

PENGESAHAN

Skripsi berjudul *Pengaruh Puasa terhadap Ketelitian Kerja (Numerik) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember* telah diuji dan disahkan oleh Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember pada:

hari : Rabu

tanggal : 12 September 2007

tempat : Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember

Tim Penguji

Ketua,

drg. Zahreni Hamzah, MS

NIP 131558576

Anggota I,

Anggota II,

drg. R. Rahardyan P. M.Kes.

NIP 132148480

drg. Tecky Indriana, M.Kes.

NIP 132162515

Mengesahkan,

Dekan,

Drg. Hj. Herniyati, M.Kes.

NIP 131479783

RINGKASAN

Pengaruh Puasa terhadap Ketelitian Kerja (Numerik) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember; Eva Nurfaizah Hidayati, 021610101074, 2007; 2007:36 halaman; Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember.

Puasa merupakan salah satu ibadah yang penting bagi umat Islam yang secara ilmiah dapat diartikan sebagai pembatasan konsumsi berupa penurunan frekuensi makan dan minum. Pola makan saat berpuasa bergeser dari tiga kali sehari menjadi dua kali sehari yaitu pada saat berbuka puasa dan sahur. Pada saat berpuasa, tubuh melakukan adaptasi terhadap efisiensi penggunaan energi, sehingga glukosa yang didapat kurang lebih 8-10 jam setelah makan dapat segera digunakan untuk mensuplai kebutuhan energi tubuh.

Penelitian dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember yang memiliki aktivitas padat dan beragam, meliputi perkuliahan dan praktikum. Penelitian ini didasari adanya asumsi bahwa puasa cenderung akan menurunkan efektivitas kerja, karena pada saat berpuasa tubuh cenderung terasa lemas dan malas untuk beraktifitas. Penelitian dilakukan pada mahasiswa yang terbiasa berpuasa Senin Kamis, karena puasa jenis ini adalah salah satu puasa jangka pendek yang sering dilakukan oleh mahasiswa sehingga respon tubuh pada saat berpuasa dapat terlihat. Seharusnya puasa tidak berpengaruh terhadap ketelitian kerja karena kebutuhan energi untuk melakukan aktifitas pada saat berpuasa masih dapat dipenuhi dari asupan saat sahur dan berbuka puasa.

Jenis penelitian adalah observasional dengan metode numerik yang dilaksanakan pada bulan Februari-Desember 2006. Subyek penelitian sebanyak 17 orang yang diinstruksikan untuk mengerjakan soal berupa penambahan dua angka tunggal (1 digit) secara berantai dengan jumlah soal masing-masing 30 dalam waktu 30 detik selama 10 menit. Data hasil penelitian dianalisis dengan *Independent T-test*.

Dari hasil diperoleh bahwa rata-rata nilai ketelitian kerja pada saat berpuasa sebesar 98,8053% tidak berbeda nyata dibandingkan nilai rata-rata ketelitian kerja saat tidak berpuasa yaitu sebesar 99,2618%. Nilai ketelitian kerja saat berpuasa dan tidak berpuasa tidak berbeda secara signifikan. Kesimpulan yang didapat dari hasil analisis data dan pembahasan adalah puasa tidak berpengaruh secara signifikan terhadap ketelitian kerja.

PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusuna Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Pengaruh Puasa terhadap Ketelitian Kerja (Numerik) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember" dapat terselesaikan dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini merupakan hasil penelitian observasional yang dilakukan guna mengembangkan ilmu pengetahuan yang sudah ada.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan berkat bantuan, dukungan dan bimbingan dari semua pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih, semoga Allah SWT berkenan membalas amalan yang mereka lakukan. Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada:

1. drg. Hj. Herniyati, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember,
2. drg. Mei Syafriadi, MDSc, PhD., selaku Pembantu Dekan I Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember,
3. drg. Zahreni Hamzah, MS., selaku Dosen Pembimbing Utama (DPU) yang dari awal hingga akhir telah meluangkan waktu dengan segenap kesabarannya untuk selalu memberikan bimbingan, arahan dan petunjuk serta saran-saran dalam penyusunan karya tulis ini,
4. drg. R. Rahardyan Parnaadji, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Anggota (DPA) yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, serta saran-saran dalam penyusunan karya tulis ini,
5. drg. Tecky Indriana, M.Kes., selaku Sekretaris penguji yang telah banyak memberikan masukan untuk penyempurnaan karya tulis ini,
6. drg. Dyah Setyorini, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan banyak nasehat, bimbingan, serta ilmu yang bermanfaat untuk membekali diri saya,

7. Rekan penelitianku : Lia, Pawita, Heni, Dina, terima kasih atas bantuan dan kerjasamanya.
 8. Rekan-rekanku yang bersedia menjadi subyek penelitian, terima kasih atas bantuannya,
 9. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
- Semua saran, masukan, kritik yang membangun sangat penulis harapkan guna kesempurnaan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini memberikan manfaat bagi khasanah keilmuan di bidang Kedokteran Gigi

Jember, 28 Agustus 2007,

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERNYATAAN	viii
HALAMAN PEMBIMBINGAN	ix
HALAMAN PENGESAHAN	x
RINGKASAN	xi
PRAKATA	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Puasa	5
2.2 Metabolisme Tubuh	
2.2.1 Metabolisme Tubuh pada Keadaan Normal	5
2.2.2 Metabolisme Tubuh dalam Keadaan Puasa	7
2.3 Metabolisme Otak	8
2.4 Ketelitian Kerja	9
2.5 Hipotesis Penelitian	11
BAB III. METODE PENELITIAN	12
3.1 Jenis Penelitian	12

3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	12
3.3 Variabel Penelitian	12
3.3.1 Variabel Bebas.....	12
3.3.2 Variabel Terikat.....	12
3.3.3 Variabel Kendali.....	12
3.4 Definisi Operasional Variabel	13
3.5 Subyek Penelitian	14
3.5.1 Kriteria Subyek Penelitian.....	14
3.5.2 Metode Pengambilan Sampel	14
3.5.3 Jumlah Subyek Penelitian.....	15
3.6 Alat dan Bahan Penelitian	15
3.7 Cara Kerja	15
3.6 Alur Penelitian	16
3.7 Analisis Data	16
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	17
4.1 Hasil Penelitian	17
4.1.1 Uji Normalitas dan Homogenitas	17
4.1.2 Uji <i>Independent T-test</i>	18
4.2 Pembahasan	19
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	22
5.1 Kesimpulan	22
5.2 Saran	22
DAFTAR BACAAN	23
LAMPIRAN	25

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1. Nilai Rata-rata Ketelitian Kerja pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember pada Saat Puasa dan Tidak Puasa dengan Metode Numerik.....	17
4.2. Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas Data <i>Kolmogorov-Smirnov Test</i>	18
4.3. Hasil Uji Beda (<i>T-Test</i>) terhadap Ketelitian Kerja pada saat Puasa dan Tidak Puasa.....	18

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1. Alur Penelitian	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
A. Pernyataan Kesediaan (<i>Informed Consent</i>)	25
B. Panduan Wawancara (Kuesioner)	26
C. Penelitian Pendahuluan	31
D. Contoh Soal yang Digunakan pada Penelitian Pendahuluan	32
E. Kuesioner Pembuka	33
F. Tabel Distribusi Ketelitian Kerja dengan Metode Numerik Saat Puasa dan Tidak Puasa pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember	34
G. Uji Normalitas dan Homogenitas Ketelitian Kerja pada Saat Puasa dan Tidak Puasa	35
H. Hasil Uji Beda (<i>Independent T-test</i>) Ketelitian Kerja pada Saat Puasa dan Tidak Puasa	36