

SUMMARY

PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN KEBUGARAN DENGAN MENGGUNAKAN STATIC BICYCLE TERHADAP KEBUGARAN PETUGAS KERJA SHIFT DI RSUD Dr. MUHAMMAD ZEIN PAINAN

Created by Boni Afriani

Subject : PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN KEBUGARAN
DENGAN MENGGUNAKAN STATIC BICYCLE

Subject Alt : PENGARUH PEMBERIAN PELATIHAN KEBUGARAN
DENGAN MENGGUNAKAN STATIC BICYCLE

Keyword : PEMBERIAN PELATIHAN KEBUGARAN; MENGGUNAKAN STATIC BICYCLE;

Description :

Tujuan : Untuk mengetahui peningkatan pengaruh pemberian pelatihan kebugaran dengan menggunakan Static Bicycle terhadap kebugaran petugas kerja shift di RSUD Dr. Muhammad Zein Painan. Metode : Quasi Eksperimental, sampel terdiri dari 10 orang petugas kerja shift kemudian sampel diberikan pelatihan kebugaran dengan latihan aerobik yang menggunakan static bicycle. Hasil : Hasil uji normalitas dengan Shapiro wilk test data perlakuan nilai mean sebesar 23,8 dengan SD sebesar 6,779 didapatkan nilai $p = 0,906$ atau $p > \alpha; (0,05)$. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini dengan Paired Samples t- Test didapatkan nilai $p = 0,000$ atau $p < \alpha; (0,05)$ yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pemberian pelatihan kebugaran dengan menggunakan static bicycle. Kesimpulan : Pemberian pelatihan kebugaran dengan latihan aerobik yang menggunakan static bicycle memberikan pengaruh terhadap peningkatan kebugaran dengan penurunan denyut nadi setelah latihan yang signifikan.

Date Create : 08/11/2013

Type : Text

Format : PDF

Language : Indonesian

Identifier : UEU-Undergraduate-2011-66-311

Collection : 2011-66-311

Source : Perpustakaan Esa Unggul

Relation Collection Universitas Esa Unggul

COverage : Sivitas Akademika Universitas Esa Unggul

Right : Copyright @2013 by UEU Library

Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

Contact Person :

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid (astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id)

Supervisor