

## SUMMARY

# HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN OLAHRAGA PEROKOK DENGAN KEBUGARAN KARDIORESPIRASI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS ESA UNGGUL

Created by FEBRI YONA RUZIANI

**Subject** : OLAHRAGA PEROKOK, KEBUGARAN, SISTEM JANTUNG DAN PARU

**Subject Alt** : SPORTS SMOKERS, FITNESS, HEART AND LUNG SYSTEM

**Keyword** : test lari 12 menit; perokok; olahraga; mahasiswa

### **Description :**

Tujuan Untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan olahraga pada perokok terhadap kebugaran kardiorespirasi terhadap mahasiswa universitas esa unggul. Metode: Penelitian ini menggunakan metode potong silang (cross sectional) yaitu penelitian seksional silang atau potong silang sampel terdiri dari 20 orang mahasiswa perokok. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan I perokok dengan kebiasaan olahraga dan kelompok perlakuan II tanpa olahraga dengan test lari 12 menit Hasil: kelompok perlakuan I dengan jumlah sample 10 orang diperoleh nilai mean 41,5160 dengan standard deviation (SD) 3,54248. kelompok perlakuan II dengan jumlah sample 10 orang diperoleh nilai mean 28,5980 dengan standard deviation (SD) 4,06538. uji normalitas ini menggunakan Saphiro Wilk Test. Hasil perhitungan Saphiro Wilk Test didapatkan bahwa pada semua kelompok  $p > 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa semua kelompok yang diuji berdistribusi normal dan setiap sampelnya dapat mewakili populasi. uji homogenitas antara kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II dengan Levene's Test diperoleh dengan nilai  $p = 0,708$  dimana ( $p > 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa varian pada kedua kelompok perlakuan adalah sama atau homogen. Uji hipotesis bahwa ada hubungan antara kebiasaan olahraga pada perokok terhadap kebugaran kardiorespirasi terhadap mahasiswa perokok yang dilaksanakan Berdasarkan hasil uji t-test independent dari nilai VO2 Max Kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II didapatkan nilai  $p = 0,000$  dimana  $p < 0,05$ . Simpulan : Berdasarkan uraian dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan ada hubungan antara kebiasaan olahraga dan tidak olahraga pada mahasiswa perokok terhadap kebugaran kardiorespirasi.

**Date Create** : 18/11/2015

**Type** : Text

**Format** : PDF

**Language** : Indonesian

**Identifier** : UEU-Undergraduate-201366203

**Collection** : 201366203

**Source** : Undergraduate Theses of Physiotherapi

**Relation Collection** Fakultas Fisioterapi

**COverage** : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul

**Right** : ©2015 Perpustakaan Universitas Esa Unggul

**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