

PERANAN KEBUGARAN JASMANI TERHADAP KAPASITAS VITAL PARU MAHASISWA PUTRA PRODI IKOR FIK UNY ANGGKATAN TAHUN 2014

Oleh: suryanto, eka swasta b.

ABSTRAK

1.

PERANAN KEBUGARAN JASMANI TERHADAP KAPASITAS VITAL PARU MAHASISWA PUTRA PRODI IKOR FIK UNY ANGGKATAN TAHUN 2014

-
-

Eka Swasta Budayati

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan kebugaran jasmani terhadap kapasitas vital paru mahasiswa putra prodi Ikor FIK UNY angkatan tahun 2014.

Desain penelitian ini adalah korelasional, yaitu bermaksud mendeteksi sejauhmana variasi-variasi pada suatu faktor berhubungan dengan variasi-variasi yang lain berdasarkan koefisien korelasinya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra prodi Ikor FIK UNY angkatan tahun 2014, sedangkan sampelnya adalah mahasiswa yang mengambil mata kuliah fisiologi olahraga dan aktif mengikuti kuliah, sehingga disebut *purposive sampling* (teknik sampling bertujuan). Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data kebugaran jasmani dengan tes lari sejauh 2,4 km dari Cooper, dan kapasitas vital paru dengan Spirometer. Teknik analisis data dengan *Korelasi Product Moment* dengan uji prasyarat Normalitas dan Linieritas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peranan yang signifikan kebugaran jasmani terhadap kapasitas vital paru mahasiswa putra prodi Ikor FIK UNY angkatan tahun 2014.

Kata kunci: *Kebugaran jasmani, Kapasitas vital paru*

Kata Kunci: *kata kunci: kebugaran jasmani, kapisata vital paru*