

## ABSTRAK

**EDOH PRASTYA. Pengaruh Aktivitas Fisik Maksimal Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Tikus. (Pembimbing : FAJAR APOLLO SINAGA, M.SI, APT).**

**Skripsi Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2014**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aktivitas fisik maksimal terhadap kadar hemoglobin pada tikus. Penelitian ini dilakukan di Laboratorium Kimia FMIPA Universitas Negeri Medan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, dengan pengambilan data pre test dan post test. Populasi dalam penelitian ini adalah 20 ekor tikus dengan sampel adalah keseluruhan jumlah populasi, dengan berat badan antara 100-150 gram. Selanjutnya sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Pada kelompok perlakuan sampel diberikan perlakuan berupa renang sekuat-kuatnya sampai hampir tenggelam dengan waktu renang berkisar 25-45 menit (Jawi, 2001).

Selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan uji t dengan tingkat kemaknaan  $p < 0,05$ . Uji t dapat dilakukan apabila data dalam keadaan normal dan homogen, sehingga sebelum melakukan uji t maka terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan homogenitas data.

Dari hasil penelitian didapat rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol adalah 11,41 gr/dl dengan standart deviasi 2,30 dan rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan adalah 10,88 gr/dl dengan standar deviasi 0,87. Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa rata-rata kadar hemoglobin mengalami penurunan pada saat diberikan aktivitas fisik maksimal.

Dari hasil uji normalitas didapat nilai  $P = 0,200$  lebih besar dari  $\alpha = 0,05$  sehingga data berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Sedangkan dari hasil uji t didapat  $p > 0,05$  atau tidak ada pengaruh yang signifikan pemberian aktivitas fisik maksimal terhadap kadar hemoglobin pada tikus.

Kata kunci : Aktivitas Fisik Maksimal, Hemoglobin