

## ABSTRAK

**Nila Sari RosentaSagala, NIM 6123210026, “Pengaruh Pemberian Manipulasi Sport Massage Terhadap Kadar Laktat Darah Setelah Melakukan Aktifitas Fisik Maksimal.” Skripsi. Jurusan Ilmu Keolahragaan. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan 2016.**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian manipulasi sport massage terhadap kadar laktat darah setelah melakukan aktifitas fisik maksimal.

Penelitian ini dilaksanakan di Laboratorium Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Medan (Unimed) dengan populasi jumlah seluruh mahasiswa ikor stambuk 2013 sebanyak 60 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *random sampling*. Yang masing-masing sampel sudah dipilih sesuai dengan criteria sampel. Penelitian ini menggunakan eksperimen dengan rancangan“ Randomized Pretest-Postest Group Design”, kelompok pertama menggunakan manipulasi sport massage dan kelompok dua menggunakan perlakuan berbaring. Untuk mengetahui pengaruh pemberian manipulasi sport massage terhadap kadar laktat darah setelah melakukan aktifitas fisik maksimal digunakan spss 23 uji- wilxcon satu pihak dan untuk mengetahui perbedaan pengaruhnya digunakan uji Pendent ttest uji wilxcon.

Hasil analisa dengan uji wilxcon menunjukkan bahwa pemberian perlakuan manipulasi sport massage memberikan pengaruh ( $p=0,043$ ) terhadap kadar lakat darah yakin nilai laktat semakin menurun setelah melakukan aktifitas fisik maksima, kemudian pemberian perlakuan berbaring memberikan pengaruh ( $p=0,043$ ) terhadap kadar laktat darah yakni nilai laktat semakin meningkat dari sebelumnya, dan untuk nilai akhir post-test kedua kelompok tidak ada perbedaan secara signifikan ( $p=1,000$ ).

Penelitian ini menyimpulkan bahwa : (1) ada pengaruh perbedaan pretest dan posttest kelompok massag, jumlah kadar laktat darah menurun setelah melakukan aktifitas fisik maksimal (2) ada pengaruh pemberian perlakuan berbaring pada kelompok pretest dan post yang menunjukkan bahwa dengan diberikan perlakuan berbaring kadar laktat darah semakin meningkat (3) tidak ada perbedaan yang signifikan antara posttest kelompok massage dan posttest kelompok berbaring setelah melakukan aktifitas fisik maksimal.

***Kata Kunci: Manipulasi sport massage, Laktat Darah, AFM***