

ABSTRAK

Candra Jafar Siddik. NIM: 6123210008 Pengaruh Pemberian Vitamin C Sebelum Aktifitas Fisik Maksimal Terhadap Jumlah Leukosit Pada Mahasiswa Ikor 2014. (Pembimbing: dr. Rika Nailuvar Sinaga, M. Biomed) Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2016

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian vitamin C sebelum melakukan aktifitas fisik maksimal terhadap jumlah leukosit. Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi tentang pengaruh pemberian vitamin C dapat mempengaruhi jumlah leukosit setelah melakukan aktifitas fisik maksimal.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan mulai pada tanggal 8-10 Maret 2017, dengan metode eksperimen, dengan pengambilan data pre test dan post test. Sampel penelitian berjumlah 10 orang yaitu Mahasiswa Ilmu Keolahragaan 2014 Universitas Negeri Medan.

Hasil Penelitian diperoleh rata-rata jumlah leukosit pre tes sebesar 7,12 dengan standar deviasi 0,93 dan jumlah leukosit *post test* sebesar 5,86 dengan standar deviasi 0,88. Hasil uji t berpasangan diperoleh nilai *significancy* 0,031 ($p < 0,05$) yang berarti ada perbedaan yang signifikan jumlah leukosit antara pre-test dan post-test. Jumlah leukosit pada saat *pre test* dikelas kontrol menunjukkan nilai rata-rata jumlah leukosit sebesar 8,34 dan standar deviasi sebesar 1,98. Jumlah leukosit *post test* diperoleh rata-rata jumlah leukosit 8,08 dan standar deviasi 1,48. Hasil uji t berpasangan diperoleh nilai *significancy* 0,799 ($p > 0,05$) yang berarti ada perbedaan yang tidak bermakna antara *pre-test* dan *post-test* atau “tidak signifikan”. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,021$. Karena nilai $p < 0,05$ berarti dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna (signifikan) antara *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan pemberian vitamin C sebelum melakukan aktifitas fisik maksimal terhadap jumlah leukosit pada mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Stambuk 2014.

Kata kunci : Jumlah Leukosit, Vitamin C, Aktivitas Fisik Maksimal

