

ABSTRAK

REZA RACHMAN. NIM: 6131210030. Pengaruh Aktivitas Fisik Aerobik dan Anaerobik Terhadap Hitung Jenis Leukosit Mahasiswa IKOR 2015 Universitas Negeri Medan.

(Pembimbing: Rosmaini Hasibuan)

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2017

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aktivitas fisik aerobik dan anaerobik terhadap jenis leukosit pada mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan. Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi bahwa aktivitas fisik aerobik dan anaerobik dapat mempengaruhi jumlah jenis leukosit dalam darah.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan mulai pada tanggal 23-24 Maret 2017, dengan metode eksperimen, dengan pengambilan data pre test dan post test. Sampel penelitian dibagi menjadi dua kelompok yaitu 10 orang pada kelompok aerobik dan 10 orang pada kelompok anaerobik.

Hasil penelitian diketahui rata-rata jumlah Neutrofil pada *pre tes* 55,00 dan *post tes* setelah aktivitas fisik Aerobik sebesar 45,70, sedangkan rata-rata jumlah Neutrofil pada kelompok anaerobik pada *pre tes* 58,30 dan *post tes* 46,20. Hasil uji-t berpasangan diperoleh ada perbedaan yang signifikan jumlah Neutrofil sebelum dan setelah aktivitas fisik aerobik dan anaerobik dengan nilai *significancy* 0,001 dan 0,000 ($p < 0,05$). Hasil penelitian pada data limfosit diketahui rata-rata *pre tes* 31,40 dan *postes* 42,30. Sedangkan pada kelompok anaerobik rata-rata *pre tes* 31,10 dan *postes* 42,30. Hasil uji-t berpasangan diperoleh ada perbedaan yang signifikan jumlah limfosit sebelum dan setelah aktivitas fisik aerobik dan anaerobik dengan nilai *significancy* 0,001 dan 0,000 ($p < 0,05$). Hasil penelitian pada data monosit pada kelompok aerobik diketahui rata-rata *pre tes* 7,90 dan *postes* 7,10. Sedangkan pada kelompok anaerobik rata-rata *pre tes* 7,20 dan *postes* 8,20. Hasil uji-t berpasangan diperoleh ada perbedaan yang signifikan jumlah monosit sebelum dan setelah aktivitas fisik aerobik dan anaerobik dengan nilai *significancy* 0,011 dan 0,015 ($p < 0,05$). Hasil penelitian pada data eosinofil diperoleh tidak ada perbedaan yang signifikan jumlah eosinofil sebelum dan setelah aktivitas fisik aerobik dan anaerobik dengan nilai *significancy* 0,058 dan 0,703 ($p > 0,05$). Hasil penelitian pada data basofil diperoleh tidak ada perbedaan yang signifikan jumlah eosinofil sebelum dan setelah aktivitas fisik aerobik dan anaerobik dengan nilai *significancy* 1,000 dan 0,083 ($p > 0,05$). Hasil uji t tidak berpasangan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang tidak bermakna (tidak signifikan) *post tes* jenis leukosit (neutrofil, limfosit, monosit, eosinofil dan basofil) setelah aktivitas fisik aerobik dan anaerobik, dengan nilai *significancy* lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Kata kunci : Jenis Leukosit, Neutrofil, Limfosit, Monosit, Eosinofil Dan Basofil