

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penyusunan penulisan skripsi ini dapat diselesaikan untuk dapat melanjutkan ke tahap penelitian dengan judul “Hubungan Kapasitas Vital (KV) Paru-Paru dan Kadar Hemoglobin dengan Kapasitas Aerobik Maksimal (VO₂Max) pada Atlet Sepak Bola Muhardi *Football Academy* (MFA)”.

Tidak lupa ucapan terima kasih saya sebanyak-banyaknya kepada bapak Dr. Abdul Sukur, S.Pd, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, bapak Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si selaku ketua jurusan Olahraga Prestasi, bapak Dr. Ramdan Pelana, M.Or selaku ketua program studi Ilmu Keolahragaan sekaligus Penguji I, bapak Hendro Wardoyo, M.Pd selaku Penguji II sekaligus sekretaris jurusan Olahraga Prestasi, bapak Eko Juli Fitrianto, M.Kes, AIFO selaku Pembimbing I, bapak Dr. Yasep Setiakarnawijaya, SKM. M.Kes selaku Pembimbing II, dan bapak Dr. dr. Junaedi, Sp.Ko selaku Pembimbing Akademik dalam penyusunan skripsi ini serta semua pihak yang telah membantu maupun memberi pengarahan sehingga terselesaikannya skripsi ini.

Saya mohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam penulisan skripsi ini dan saya menerima kritikan ataupun saran demi kesempurnaan dan kebermanfaatan terhadap skripsi ini untuk semua pembacanya.

Jakarta, Oktober 2014

Asep Prima

DAFTAR ISI

	Hal
RINGKASAN	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Kegunaan Penelitian.....	10
BAB II : KAJIAN TEORITIS	
A. Kerangka Teoritis	12
1. Hakikat Kapasitas Vital Paru-Paru	12
2. Hakikat Kadar Hemoglobin	20
3. Hakikat Kapasitas Aerobik Maksimal	28
4. Hakikat Atlet Sepak Bola.....	45
5. Hakikat Muhardi Football Academy (MFA).....	47
B. Kerangka Berfikir.....	49
C. Pengajuan Hipotesis.....	51

BAB III : METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian	53
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	53
C. Metode Penelitian	54
D. Desain Penelitian	54
E. Populasi Dan Teknik Pengambilan Sampel	55
F. Instrumen Penelitian	56
G. Teknik Pengumpulan Data	57
H. Teknik Analisis Data	61

BAB IV : HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	66
1. Variabel Kapasitas Vital Paru-Paru	66
2. Variabel Kadar Hemoglobin	68
3. Variabel Kapasitas Aerobik Maksimal	69
B. Pengujian Hipotesis	71
1. Hubungan Antara Kapasitas Vital Paru-Paru dengan Kapasitas Aerobik Maksimal	71
2. Hubungan Antara Kadar Hemoglobin dengan Kapasitas Aerobik Maksimal	72
3. Hubungan Secara Bersama-sama Antara Kapasitas Vital dan Kadar Hemoglobin dengan kapasitas Aerobik maksimal	73

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	75
B. Saran – Saran	75

DAFTAR PUSTAKA	77
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	80
-----------------------	-----------