

HUBUNGAN KADAR HEMOGLOBIN DENGAN KAPASITAS AEROBIK MAKSIMAL PADA ATLET ANGGAR TANGERANG RAYA *FENCING CLUB* (TRFC)

Oleh:
Gema Imanulhaq
NIM 6815123214

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh peningkatan kondisi fisik pada atlet anggar Tangerang Raya *Fencing Club* (TRFC) yang memiliki program latihan untuk menghadapi suatu kompetisi atau event ditingkat nasional. Setiap atlet diuntut untuk memiliki kondisi dan kesehatan fisik yang baik, supaya setiap atlet dapat mengikuti program latihan yang diberikan dan mendapatkan hasil yang di inginkan, sehingga atlet dapat mencapai prestasi yang optimal saat mengikuti pertandingan atau event yang akan diikuti sertakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kadar hemoglobin dan kapasitas aerobik maksimal pada atlet anggar Tangerang Raya *Fencing Club* (TRFC).

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional untuk mengetahui ada hubungan yang signifikan antara antara kadar hemoglobin dan kapasitas aerobik maksimal. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan instrumen tes dan pengukuran kadar hemoglobin darah dengan menggunakan alat ukur Hemoglobin meter test *Easy Touch* GCHB, dan kapasitas aerobik maksimal menggunakan *Bleep Test*. Teknik analisis data menggunakan teknik korelasi dan regresi sederhana dengan tingkat kesalahan 5% dan taraf signifikansi 0,05

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kadar hemoglobin dengan kapasitas aerobik maksimal pada atlet anggar Tangerang Raya *Fencing Club* (TRFC). Hal ini ditunjukkan dengan nilai $r_{xy} = 0,67921$ dan bahwa 46,1% kapasitas aerobik maksimal dipengaruhi oleh hemoglobin, sedangkan 53,9% variasi (bisa dipengaruhi oleh faktor lain).

Kata kunci: *hemoglobin, kapasitas aerobik maksimal, tangerang raya fencing club.*

HEMOGLOBIN CONTACT RELATIONSHIP WITH MAXIMUM AEROBIC CAPACITY AT THE ATHLETES OF TANGERANG RAYA FENCING CLUB (TRFC)

By:
Gema Imanulhaq
NIM 6815123214

ABSTRACT

This research is based on the improvement of physical condition at Tangerang Raya Fencing Club (TRFC) fencing athlete who has training program to face a competition or event at national level. Every athlete is required to have good physical condition and health, so that every athlete can follow the given training program and get the desired result, so that the athlete can achieve the optimum achievement during the game or event that will be included. This study aims to determine the relationship between hemoglobin levels and maximum aerobic capacity in the fencing athletes Tangerang Raya Fencing Club (TRFC).

This study is a correlational study to know there is a significant relationship between the hemoglobin level and maximum aerobic capacity. The method used is survey with data collection technique using test instrument and measurement of blood hemoglobin level by using GCHB Easy Touch Hemoglobin meter test, and maximum aerobic capacity using Bleep Test. Data analysis technique using simple correlation and regression technique with error rate 5% and significance level 0,05

The results show that there is a significant relationship between the hemoglobin level and the maximum aerobic capacity of the Tangerang Raya Fencing Club (TRFC) fencing athlete. This is indicated by the value of $r_{xy} = 0.67921$ and that 46.1% of the maximum aerobic capacity is affected by hemoglobin, while 53.9% variation (may be influenced by other factors).

Keywords: *hemoglobin, maximum aerobic capacity, tangerang raya fencing club.*