

PERBANDINGAN KADAR HEMOGLOBIN ANTARA OLAHRAGA
AEROBIK DAN ANAEROBIK PADA ATLET PON SUMATERA BARAT
TAHUN 2016



Skripsi

Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

ALIEFYA PUTERA IMANSYAH

141031012

Pembimbing

Dr.Erkadius, MSc

Dr.dr.Afriwardi, SH, Sp.KO, MA

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2019

PERBANDINGAN KADAR HEMOGLOBIN ANTARA OLAHRAGA AEROBIK DAN ANAEROBIK PADA ATLET PON SUMATERA BARAT TAHUN 2016

Oleh

Aliefya Putera Imansyah

ABSTRAK

Olahraga merupakan salah satu aktifitas fisik yang dapat meningkatkan kualitas kesehatan individual dan mencegah berbagai penyakit. Olahraga akan menunjukkan perubahan pada parameter hematologis. Perubahan ini berkaitan erat dengan peningkatan hemoglobin darah sebagai mekanisme kompensasi terhadap keadaan kekurangan oksigen akibat aktifitas fisik yang meningkat. Berdasarkan proses biokimia pembentukan energi, aktifitas fisik dibagi menjadi dua yaitu aktifitas fisik aerobik dan anaerobik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan kadar hemoglobin antara olahraga aerobik dan anaerobik pada atlet PON Sumatera Barat tahun 2016.

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan rancangan cross-sectional menggunakan rekam data atlet PON Sumatera Barat tahun 2016 yang didapatkan dari bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Jumlah seluruh atlet yang ikut berpartisipasi adalah 132 orang. Atlet yang masuk kriteria inklusi akan di data dan kemudian diolah secara manual dan disajikan dalam bentuk tabel.

Dari hasil analisis statistik tersebut didapatkan rata-rata kadar hemoglobin pada olahraga aerobik adalah 14,9646 gr/dl dan anaerobik 14,5453 gr/dl. Dari penelitian ini dapat didapatkan tidak ada hubungan yang bermakna antara kadar hemoglobin terhadap olahraga aerobik dengan olahraga anaerobik dengan nilai signifikansi nya ($p > 0,05$).

Kata Kunci : Atlet, Aerobik, Anaerobik, Hemoglobin



COMPARISON OF HEMOGLOBIN LEVEL BETWEEN AEROBIC AND ANAEROBIC EXERCISES IN WEST SUMATERA PON ATHLETES IN 2016

by

Aliefya Putera Imansyah

ABSTRACT

Exercise is one of physical activities that can improve the health quality of individuals and prevent various diseases. Exercise will produce changes in hematological parameter. This changes are highly related to the increase of hemoglobin as a mechanism to compensate to lack of oxygen due to increased physical activity. Based on the biochemical process of energy formation, physical activity is divided into two, i.e. aerobic and anaerobic physical activities. The purpose of this study was to compare hemoglobin level between aerobic and anaerobic in West Sumatera PON athletes in 2016.

The type of this study was analytical with cross-sectional design using data records of West Sumatera PON athletes in 2016 obtained from Physiology Department, Faculty of Medicine, Andalas University. The total number of athletes who participated were 132 people. The athletes who fulfilled inclusion criteria were included and the data were manually processed and presented in tables.

The results of statistical analysis showed the average hemoglobin level in aerobic exercise was 14.9646 gr/dl and anaerobic 14.5453 gr/dl. This study concludes that there was insignificant correlation of hemoglobin level between aerobic and anaerobic exercises with significance value ($p > 0.05$).

Keywords: Athletes, aerobic, anaerobic, hemoglobin.

