

Korelasi Antara Nilai Oksigen Maksimal Hasil Uji Dengan Alat Treadmill, Uji Berjalan Satu Mil dan Uji Berjalan Lima Menit pada Orang Lanjut Usia Yang Sehat

Ijan Aprijana, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920535651&lokasi=lokal>

Abstrak

Ambilan oksigen maksimal (V_{O2max}) merupakan standar pengukuran kebugaran aerobik. Tujuan penelitian ini adalah (a) mengetahui korelasi antara nilai V_{O2max} hasil uji berjalan satu mil dengan nilai V_{O2max} hasil uji dengan alat treadmill pada orang lanjut usia yang sehat di Indonesia, dan (b) mengetahui korelasi antara nilai V_{O2max} hasil uji berjalan lima menit dengan nilai V_{O2max} hasil uji dengan alat treadmill pada orang lanjut usia yang sehat di Indonesia. Subyek penelitian sebanyak 25 terdiri dari laki-laki dan perempuan berusia - 60 tahun dan - 85 tahun. Hasil Penelitian menunjukkan adanya korelasi positif yang bermakna antara nilai V_{O2max} hasil uji berjalan satu mil dengan nilai V_{O2max} hasil uji dengan memakai alat treadmill ($r = 0,853$) ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa pengukuran V_{O2max} dengan uji berjalan satu mil dapat digunakan sebagai alternatif pengukuran V_{O2max} tidak langsung di lapangan bagi orang lanjut usia yang sehat di KJS Senayan dan KJS Hang Tuah Jakarta. Hasil penelitian juga menunjukkan korelasi positif antara nilai V_{O2max} hasil uji berjalan lima menit dengan nilai V_{O2max} hasil uji dengan alat treadmill ($r = 0,727$).