

Hubungan Body Fat Dan Physique Rating Dengan Cardiorespiratory Fitness Mahasiswa

Title	Hubungan Body Fat Dan Physique Rating Dengan Cardiorespiratory Fitness Mahasiswa
Author Order	1 of 6
Accreditation	3
Abstract	<p>Penelitian ini memiliki latar belakang untuk mengetahui sejauh mana cardiorespiratory fitness mahasiswa karena sebagai mahasiswa olahraga tentunya memerlukan aspek kebugaran dalam menjalani setiap perkuliahan khususnya perkuliahan praktik. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan body fat dan physique rating dengan cardiorespiratory fitness mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional, subjek penelitian adalah 46 mahasiswa program studi pendidikan jasmani STKIP Bina Mutiara Sukabumi. Pengukuran menggunakan Bioimpedance Analisis untuk mengukur body fat dan physique rating sedangkan cardiorespiratory fitness menggunakan multistage fitness test. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara body fat dan physique rating dengan cardiorespiratory fitness.</p>
Publisher Name	Pusat Kajian Pendidikan Olahraga, Kesehatan, dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
Publish Date	2020-06-08
Publish Year	2020
Doi	DOI: 10.24036/jm.v5i1.144
Citation	
Source	Jurnal MensSana
Source Issue	Vol 5 No 1 (2020): Jurnal MensSana
Source Page	78-86
Url	http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/144/108
Author	ARFIN DERI LISTIANDI, S.Pd, M.Pd