

ABSTRAK

PERBEDAAN DAYA TAHAN (*CARDIOVASCULER*) ANTARA SISWA-SISWI KELAS XI SMA NEGERI 3 BANDAR LAMPUNG DAN SISWA-SISWI KELAS XI SMK NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG

Oleh

JUHANDI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan daya tahan antara siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung dan siswa-siswi kelas XI SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif komparatif dengan cara pengambilan data menggunakan tes *multistage fitness test* (MFT). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung berjumlah 30 orang dan siswa-siswi kelas XI SMK Negeri 1 Bandar Lampung yang berjumlah 30 orang. Teknik analisis data menggunakan uji t (beda).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan daya tahan siswa kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung dan siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bandar Lampung dengan nilai t hitung $0,8215 < 1,754$ t tabel maka dapat disimpulkan bahwa perbedaan daya tahan siswa kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung dan siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bandar Lampung tidak memiliki perbedaan yang signifikan maka hipotesis ditolak.

Perbedaan daya tahan siswi kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung dan siswi kelas XI SMK Negeri 1 Bandar Lampung dengan nilai t hitung $0,727 < 1,754$ t tabel maka dapat disimpulkan bahwa perbedaan daya tahan siswi kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung dan siswi kelas XI SMK Negeri 1 Bandar Lampung tidak memiliki perbedaan yang signifikan maka hipotesis ditolak.

Kata kunci: daya tahan, siswa-siswi SMA dan SMK

ABSTRACT

PERBEDAAN DAYA TAHAN (CARDIOVASCULER) ANTARA SISWA-SISWI KELAS XI SMA NEGERI 3 BANDAR LAMPUNG DAN SISWA-SISWI KELAS XI SMK NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG

By

JUHANDI

This study aims to determine differences in endurance between class XI students at SMA Negeri 3 Bandar Lampung and class XI students at SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

The method used in this study is descriptive comparative by collecting data using a multistage fitness test (MFT). The samples in this study were 30 class XI students of SMA Negeri 3 Bandar Lampung and 30 students of class XI SMK Negeri 1 Bandar Lampung. Data analysis techniques using the t test (difference).

The results showed that the difference in the endurance of class XI students at SMA Negeri 3 Bandar Lampung and students in class XI at SMK Negeri 1 Bandar Lampung with a t value of $0.8215 < 1.754$ t table, it can be concluded that the difference in the endurance of class XI students at SMA Negeri 3 Bandar Lampung and class XI students of SMK Negeri 1 Bandar Lampung do not have a significant difference, so the hypothesis is rejected. Differences in the endurance of class XI students at SMA Negeri 3 Bandar Lampung and students in class XI at SMK Negeri 1 Bandar Lampung with a t count of $0.727 < 1.754$ t table, it can be concluded that the differences in the endurance of class XI students at SMA Negeri 3 Bandar Lampung and class XI students at SMK Negeri 1 Bandar Lampung does not have a significant difference, the hypothesis is rejected.

Keywords: *endurance, high school and vocational students*