

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DENGAN
FREKUENSI DENYUT NADI PADA MAHASISIWA PROGRAM STUDI
ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA SEMESTER AKHIR**

Kurnia Dwi Safitri¹, Nurvita Risdiana²

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Yogyakarta

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Yogyakarta

Intsari

Latar Belakang: Kebugaran jasmani memiliki arti kemampuan tubuh dalam melakukan aktifitas sehari-hari tanpa kelelahan dan masih cukup energi. Denyut nadi adalah gelombang yang dirasakan pada arteri yang diakibatkan karena pemompaan darah oleh jantung menuju pembuluh darah. Seseorang yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik maka akan memiliki denyut nadi yang stabil karena efisiensi kerja kardiovaskuler.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dengan frekuensi denyut nadi pada mahasisiwa program studi ilmu keperawatan universitas muhammadiyah yogyakarta semester akhir

Metodologi: Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasi yang menunjukkan hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dengan denyut nadi. Rancangan peneliti dengan pendekatan cross sectional dengan uji statistic Spearman Rank Sample peneliti 55 mahasiswa dengan teknik total sampling menggunakan instrumen penelitian berupa Hardvard Step Test untuk kebugaran jasmani dan pengukuran denyut nadi dengan palpasi.

Hasil: Uji statistik menggunakan Spearman Rank didapatkan nilai 0,002(p value < 0,05) yang artinya terdapat hubungan antara kedua variabel yaitu tingkat kebugaran jasmani dengan frekuensi denyut nadi. Selain itu, nilai kekuatan korelasi (r) sebesar -0,409 menunjukkan bahwa korelasi antara variabel kebugaran jasmani dan variabel denyut nadi bernilai kuat, sedangkan arah korelasinya adalah negatif (-) yang menunjukkan bahwa arahnya berlawanan.

Kesimpulan: Ada hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dengan frekuensi denyut nadi pada mahasisiwa program studi ilmu keperawatan universitas muhammadiyah yogyakarta semester akhir

Kata Kunci: *tingkat kebugaran jasmani, frekuensi denyut nadi*

CORELATION BETWEEN PHYSICAL FITNESS LEVEL AND HEART RATE THE STUDENT OF NURSING SCIENCE AT THE UNIVERSITY MUHAMMADIYAH OF YOGYAKARTA LAST SEMSTERS

Kurnia Dwi Safitri¹, Nurvita Risdiana²

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Yogyakarta

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Yogyakarta

Abstract

Background: Physical fitness means the body's ability to perform daily activities without fatigue and still enough energy. The heart rate is a wave that is felt in the arteries caused by blood pumping by the heart to the blood vessels. Someone has a good level of physical fitness will have a stable heart rate due to the efficiency of cardiovascular work.

Objective: To determine the correlation between physical fitness level and heart rate the student of nursing science at the university muhammadiyah of yogyakarta last semsters

Methodology: The type of this research is quantitative study with correlational design using cross-sectional approach. The sample of this research as much as 55 respondents used proportional stratified total sampling technic physical fitness level and heart rate was measured by Harvard Step Test and palpasi. The statistic test to determine the correlation between physical fitness level and heart rate used Spearman Rank

Results: Analysis by Spearman Rank p value 0,002 (<0,05), its mean there is correlation between both of variable (physical fitness level and heart rate). With strong correlation ($r = -0.409$) and negative direction.

Conclusion: There is correlation between physical fitness level and heart rate the student of nursing science at the university Muhammadiyah Of Yogyakarta last semester

Key Word: *physical fitness level, heart rate*