

ABSTRAK

Silvia Windari (2019): Hubungan Kadar *Hemoglobin* dan Kelentukan Terhadap Daya Tahan Kekuatan Atlet Dayung Putri Sumatera Barat

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya daya tahan kekuatan atlet dayung putri Sumatera Barat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keberartian antara kadar *hemoglobin* dan kelentukan baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama dengan daya tahan kekuatan pada atlet dayung putri sumatera barat.

Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 15 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling*, semua dari jumlah populasi dijadikan sampel yaitu 15 orang. Data para atlet dayung putri itu diambil selanjutnya untuk diuji hipotesis data diolah dengan rumus korelasi *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil pengolahan data diperoleh terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara kadar *hemoglobin* terhadap daya tahan kekuatan atlet dayung putri Sumatera Barat sebesar 44,89 %, terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara kelentukan terhadap daya tahan kekuatan pada atlet dayung putri sumatera barat sebesar 94,09%, dan terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara kadar *hemoglobin* dan kelentukan atlet dayung putri Sumatera Barat sebesar 46,24%.

Kata kunci : kadar *hemoglobin*, kelentukan dan daya tahan kekuatan