

## ABSTRAK

**Afdhal Al Hawary (2020) : Hubungan Kapasitas Vital Paru dengan Daya Tahan Kardiorespirasi Pemain Sepakbola Beringin Jaya FC Kecamatan Muarasipongi Kabupaten Mandailing Natal**

Masalah dalam penelitian berawal dari kurangnya daya tahan pemain sepakbola Beringin Jaya FC Kecamatan Muarasipongi Kabupaten Mandailing Natal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kapasitas vital paru dengan daya tahan kardiorespirasi pemain Sepakbola Beringin Jaya FC Kecamatan Muarasipongi Kabupaten Mandailing Natal.

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 18 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang pemain. Teknik pengambilan data adalah : 1) Kapasitas vital paru dengan menggunakan alat spiromoter, 2) Daya tahan kardiorespirasi menggunakan *bleep test*. Data di analisis dengan dengan *product moment pearson* pada taraf signifikansi  $\alpha = 0.05$ .

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : Terdapat hubungan kapasitas vital paru dengan daya tahan kardiorespirasi pemain Beringin Jaya FC Kecamatan Muarasipongi Kabupaten Mandailing Natal, yang dibuktikan dengan  $r_{hitung} 0,676 > r_{tab} 0,468$

**Kata Kunci : KAPASITAS VITA PARU, DAYA TAHAN KARDIORESPIRASI**