

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Subjek Penelitian

1. Lokasi

Lokasi dalam penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Cikarang Utara. Pemilihan lokasi ini dikarenakan peneliti pernah menempuh pendidikan di SMA tersebut, serta mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Cikarang Utara selama tiga tahun. Lokasi sekolah sangat strategis karena dekat dengan rumah tempat peneliti tinggal. Selain itu sekolah ini juga sangat mendukung kegiatan ekstrakurikuler sepak bola, karena ekstrakurikuler sepak bola ini sangat positif bagi siswa karena siswa bisa menyalurkan bakat, minat, dan hobi mereka.

Ekstrakurikuler sepak bola diselenggarakan setiap hari selasa, kamis, dan sabtu. Tempat pelaksanaan ekstrakurikuler di Stadion Mini Cikarang Utara bersebelahan dengan lokasi SMA Negeri 1 Cikarang Utara. Keadaan seperti ini sangat tepat untuk dijadikan objek penelitian, selain itu belum pernah ada yang meneliti tentang hubungan kapasitas vital paru-paru dengan daya tahan *cardiorespiratory* di SMA Negeri 1 Cikarang Utara.

2. Populasi

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Sugiyono (2013:80) menjelaskan bahwa, “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang berjumlah 315 dan kelas XII yang berjumlah 332, dengan total keseluruhan siswa XI dan XII 647 orang siswa.

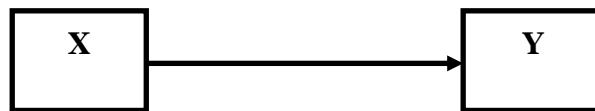
3. Sampel

Menurut Sugiyono (2013:81) mengemukakan bahwa, “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2013:85) menjelaskan bahwa, “*purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua siswa yang masih aktif mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Cikarang Utara, yang berjumlah 24 orang. Untuk mengoptimalkan dalam penelitian ini, peneliti memberikan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, dimana kriteria ini menentukan dapat atau tidaknya sampel digunakan dalam penelitian. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut:

- a. Kriteria inklusi, merupakan kriteria yang memenuhi syarat sebagai sampel dalam penelitian. Adapun kriteria tersebut antara lain:
 - Laki-laki
 - Sehat jasmani dan rohani
 - Sekolah di SMA Negeri 1 Cikarang Utara dan mengikuti ekstrakurikuler sepak bola
- b. Kriteria eksklusi, merupakan kriteria yang tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian. Adapun kriteria tersebut anatara lain:
 - Sedang mengalami sakit saluran pernapasan akut
 - Mempunyai riwayat penyakit asma dalam 3 tahun kebelakang
 - Sedang dalam pengobatan penyakit TBC

B. Desain Penelitian

Suatu penelitian membutuhkan sebuah desain penelitian untuk dijadikan acuan dalam langkah-langkah penelitian. Desain penelitian dalam penelitian ini mencakup pada saat persiapan penelitian dan pelaksanaan penelitian, desain penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:



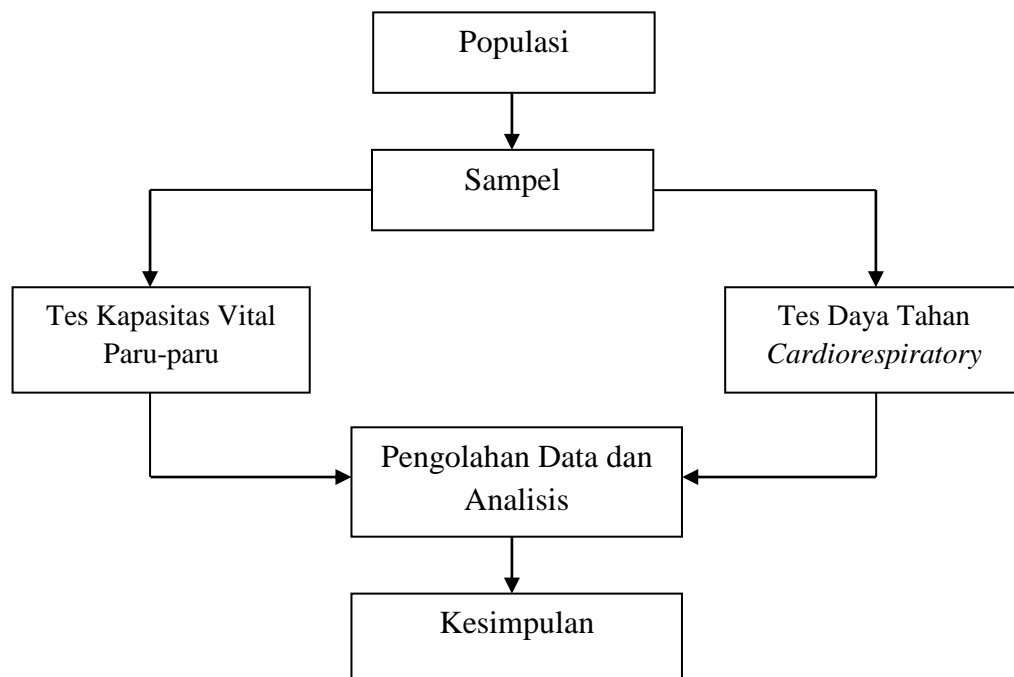
Bagan 3.1
Desain Penelitian
Sumber: Sugiyono (2013:42)

Keterangan:

X : Kapasitas vital paru-paru

Y : Daya tahan *cardiorespiratory*

Adapun langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan sebagai berikut:



Bagan 3.2
Langkah-Langkah Penelitian

C. Metode Penelitian

Pemecahan dari penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif korelatif, dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013:2), "Metode penelitian adalah sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu". Sedangkan metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*,

digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013:8).

Menurut Ibrahim dan Sudjana (2004:64), "Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa dan kejadian yang terjadi pada saat sekarang". Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan suatu peristiwa pada saat sekarang dalam suatu situasi. Data yang diperoleh dikumpulkan, disusun, dijelaskan, dan dianalisis untuk memperoleh kesimpulan. Hal ini untuk memperoleh gambaran yang jelas agar tujuan penelitian tercapai sesuai yang diharapkan. Penelitian ini bersifat deskriptif korelatif untuk melihat hubungan variabel dengan variabel lain.

D. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjabaran dari judul penelitian berdasarkan batasan-batasan istilah yang digunakan dalam penelitian. Maka dari itu, agar tidak terjadi suatu kesalahan pemahaman dalam penafsiran judul penelitian: "Hubungan Kapasitas Vital Paru-Paru dengan Daya Tahan *Cardiorespiratory* pada Cabang Olahraga Sepak Bola". Maka peneliti merasa perlu untuk menjelaskan berbagai istilah yang ada dalam penelitian, seperti yang dijelaskan di bawah ini:

1. Kapasitas vital paru-paru menurut Evelyn C. Pearce (2009:267) mengatakan bahwa, "volume udara yang dapat dicapai masuk dan keluar paru-paru pada penarikan napas paling kuat disebut kapasitas vital paru-paru". Pada penelitian ini kapasitas vital paru-paru yang dimaksud adalah kemampuan meniup udara sekuat mungkin dengan menggunakan alat *Spirometer Ball*.
2. Daya tahan *cardiorespiratory* menurut Menurut Suharto (1997:5) menyatakan bahwa, "daya tahan kardiorespirasi adalah kemampuan

seseorang dalam mempergunakan sistem jantung, pernafasan dan peredaran darahnya, secara efektif dan efisien dalam menjalankan kerja terus menerus, yang melibatkan kontraksi otot-otot besar dengan intensitas tinggi dalam waktu yang cukup lama”. Dalam penelitian ini daya tahan *cardiorespiratory* yang dimaksud adalah kemampuan seseorang melawan rasa lelah saat melakukan aktivitas olahraga dalam waktu lama, dengan menggunakan Bleep Tes.

Menurut Sugiyono (2013:38) menyatakan bahwa, “variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas (X) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab. Sugiyono (2013:39), “variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat)”. Dalam penelitian ini terdapat satu variabel bebas pertama (X) adalah kapasitas vital paru-paru.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat (Y), Sugiyono (2013:39), “variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah daya tahan *cardiorespiratory*. Daya tahan *cardiorespiratory* menjadi variabel terikat, karena jika kapasitas vital paru-paru baik maka daya tahan *cardiorespiratory* juga baik.

E. Instrumen Penelitian

Sugiyono (2013:102), “alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian, jadi instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mendapatkan hasil tes yang maksimal, peneliti memberikan isian biodata dan riwayat penyakit sebelum melakukan tes.

Tabel 3.1
Isian Biodata dan Riwayat Penyakit

No.	Nama	Pertanyaan 1	Pertanyaan 2	Pertanyaan 3
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				

19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				

Keterangan :

- Pertanyaan 1: Apakah sedang mengalami gangguan pernapasan, seperti flu, batuk dan lain sebagainya.
- Pertanyaan 2: Mempunyai riwayat penyakit asma dalam 3 tahun kebelakang.
- Pertanyaan 3: Apakah sedang dalam pengobatan penyakit TBC.

2. Tes untuk mengukur kapasitas vital paru-paru biasanya dengan alat spirometer. Spirometer adalah alat untuk mengukur aliran udara yang masuk dan keluar paru-paru dan dicatat dalam grafik volum per waktu. Spirometer yang digunakan dalam penelitian menggunakan tipe “Spirometer *Spiro Ball*”, dengan spesifikasi sebagai berikut:

- Volume skala ganda, sampai dengan 4.000 ml, bertahap menunjukkan setiap 250 ml
- Kompak dan ergonomis desain
- Indikator *volume* yang ditentukan
- Partikel *filter* satu di corong dan *anclher* di tubuh



Ilman Alifa Syahda, 2014
 Hubungan kapasitas vital pa
 olahraga sepak Bola
 Universitas Pendidikan Indone

pada cabang

Gambar 3.1
 Spirometer *Spiro Ball* Alat untuk Mengukur Kapasitas Paru-Paru
 Sumber: <http://www.sedia-alatkesehatan.com/Spirometer%20Spiro%20Ball>

Lembar observasi untuk indikator penilaian kapasitas vital paru-paru dan daya tahan *cardiorespiratory* yang dilakukan oleh peneliti, ditunjukkan dengan tabel di bawah ini:

Tabel 3.2
 Indikator Penilaian Kapasitas Vital Paru-Paru

No.	Nama Siswa	Tes Kapasitas Paru-Paru		
		1	2	3
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
25				

Keterangan:

Hasil penilaian tes kapasitas vital paru-paru:

1. Tes kapasitas paru-paru pada meniupan pertama
2. Tes kapasitas paru-paru pada meniupan kedua
3. Tes kapasitas paru-paru pada meniupan ketiga

Hasil tes yang diambil dari ketiga hasil tes tersebut adalah hasil tiupan paling tertinggi yang diperoleh siswa.

3. Untuk mengukur kemampuan daya tahan cardiorespiratory dengan menggunakan *Multistage Fitness Test* atau sering disebut bleep tes.
 - a. Tujuannya untuk mengukur kapasitas aerobik, daya tahan kardiorespirasi dan VO₂max.
 - b. Alat dan fasilitas yang akan digunakan:
 - Halaman, lapangan atau lintasan datar yang tidak licin minimal sepanjang 22 meter
 - *Cassette* bleep tes
 - Sebuah *speaker* atau *tape recorder*
 - *Stopwatch*
 - Alat pengukur atau meteran untuk mengukur jalur sepanjang 20 meter

Ilman Alifa Syahda, 2014

Hubungan kapasitas vital paru-paru dengan daya tahan cardiorespiratory pada cabang olahraga sepak Bola

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- *Cones* sebagai tanda batas jarak
- Alat tulis



Gambar 3.2

Batas Jarak Tempuh *Bleep Test*

Sumber: <http://www.ptgear.co.uk/fitness-tests/bleep/>

c. Cara pelaksanaannya:

- Sebelum memulai tes, sebaiknya peserta melakukan pemanasan terlebih dahulu.
- Dengarkan dan ikuti petunjuk dari kaset.
- Setelah bunyi start/mulai, peserta tes mulai berlari atau jogging dari *cones* pertama ke *cones* kedua.
- Kecepatan berlari harus diatur konstan dan tepat tiba sampai di garis, lalu berbalik arah (*pivot*) ke garis asal.
- Jika peserta tes sudah sampai digaris sebelum terdengar bunyi bleep, peserta tes harus menunggu di garis asal dan baru berlari lagi saat bunyi bleep. Begitu seterusnya peserta berlari bolak-balik sesuai dengan irama bleep.
- Tes bleep ini terdiri dari beberapa tingkatan (*level*), setiap tingkatan terdiri dari beberapa balikan (*shuttle*). Setiap level ditandai dengan tiga kali bunyi bleep (seperti bunyi turalit), sedangkan setiap *shuttle* ditandai dengan satu kali bleep.
- Peserta tes terus berlari sesuai irama bleep sampai peserta tidak mampu mengikuti kecepatan irama tersebut. Pada saat bleep terdengar peserta belum sampai digaris, jika dalam dua kali berturut-turut peserta tidak

mampu mengejar irama bleep, maka peserta tes tersebut dianggap sudah tidak mampu mengikuti tes dan peserta harus berhenti.

- Lakukan pendinginan dengan cara berjalan, jangan langsung berhenti atau duduk.

d. Hasil dan penilaian:

- Catat pada *level* dan *shuttle* terakhir, berapa yang berhasil diselesaikan peserta tes sesuai irama bleep tes..
- Ukur nilai Vo_{2max} .

Tabel 3.3
Formulir Penghitungan Balikan Bleep Test

Level/Tingkatan Ke	Shuttle/Balikan Ke
-----------------------------	-----------------------------

1	1 2 3 4 5 6 7
2	1 2 3 4 5 6 7 8
3	1 2 3 4 5 6 7 8
4	1 2 3 4 5 6 7 8 9
5	1 2 3 4 5 6 7 8 9
6	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
9	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
11	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
13	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13
14	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13
15	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13
16	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
17	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14
18	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15
19	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15
20	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16
21	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

Kemampuan maksimal:

Nama :

Tingkatan :

Balikan :

Vo2max : ml/kg BB/menit

Tabel 3.4

Prediksi Nilai VO₂max (Bleep Test)

Sumber: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Depdiknas

Ilman Alifa Syahda, 2014

Hubungan kapasitas vital paru-paru dengan daya tahan cordioresparatory pada cabang olahraga sepak Bola

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tkt	Bk	Vo2 Max	Tkt	Bk	Vo2 max	Tkt	Bk	Vo 2max	Tkt	Bk	Vo2 max	Tkt	Bk	Vo2 max
2	1	-	7	5	38.15	11	10	53.10	15	8	66.20	19	15	77.90
	2	20.40		6	38.50		11	53.70		9	66.45		1	78.10
	3	20.75		7	38.85		12	53.90		10	66.70		2	78.30
	4	21.10		8	39.20		1	54.10		11	67.06		3	78.55
	5	21.45		9	39.55		2	54.30		12	67.40		4	78.80
	6	21.80		10	39.90		3	54.55		13	67.60		5	79.00
	7	22.15		1	40.20		4	54.80		1	67.80		6	79.20
	8	22.50		2	40.50		5	55.10		2	68.00		7	79.45
3	1	23.05	8	3	40.80	12	6	55.40	16	3	68.25	20	8	79.70
	2	23.60		4	41.10		7	55.70		4	68.50		9	79.95
	3	23.95		5	41.45		8	56.00		5	68.75		10	80.20
	4	24.30		6	41.80		9	56.25		6	69.00		11	80.40
	5	24.65		7	42.10		10	56.50		7	69.25		12	80.60
	6	25.00		8	42.40		11	57.10		8	69.50		13	80.83
	7	25.35		9	42.70		12	57.26		9	69.75		14	81.00
	8	25.70		10	43.00		1	57.46		10	70.00		15	81.30
4	1	26.25	9	11	43.30	13	2	57.60	17	11	70.25	21	1	81.55
	2	26.80		1	43.60		3	57.90		12	70.50		2	81.80
	3	27.20		2	43.90		4	58.20		13	70.70		3	82.00
	4	27.60		3	44.20		5	58.45		14	70.90		4	82.20
	5	27.95		4	44.50		6	58.70		1	71.15		5	82.40
	6	28.30		5	44.65		7	59.00		2	71.40		6	82.60
	7	28.70		6	45.20		8	59.30		3	71.65		7	82.90
	8	29.10		7	45.55		9	59.55		4	71.90		8	83.00
	9	29.50		8	45.90		10	59.80		5	72.15		9	83.25
5	1	29.85	10	9	46.20	14	11	60.20	18	6	72.40	21	10	83.50
	2	30.20		10	46.50		12	60.60		7	72.65		11	83.70
	3	30.60		11	46.80		13	60.76		8	72.90		12	83.90
	4	31.00		1	47.10		1	60.92		9	73.15		13	84.10
	5	31.40		2	47.40		2	61.10		10	73.40		14	84.30
	6	31.80		3	47.70		3	61.35		11	73.65		15	84.55
	7	32.17		4	48.00		4	61.60		12	73.90		16	84.80
	8	32.54		5	48.35		5	61.90		13	74.13		1	85.00
	9	32.90		6	48.70		6	62.20		14	74.35		2	85.20
6	1	33.25	11	7	49.00	15	7	62.45	18	1	74.58	21	3	85.40
	2	33.60		8	49.30		8	62.70		2	74.80		4	85.60
	3	33.95		9	49.60		9	63.00		3	75.05		5	85.85
	4	34.30		10	49.90		10	63.00		4	75.30		6	86.10
	5	34.65		11	50.20		11	63.65		5	75.55		7	86.30
	6	35.00		1	50.50		12	64.00		6	75.80		8	86.50
	7	35.35		2	50.80		13	64.20		7	76.00		9	86.70
	8	35.70		3	51.10		1	64.40		8	76.20		10	86.90
	9	36.05		4	51.40		2	64.60		9	76.45		11	87.15
	10	36.40		5	51.65		3	64.85		10	76.70		12	87.40
7	1	36.75	11	6	51.90	15	4	65.10	18	11	76.95	21	13	87.60
	2	37.10		7	52.20		5	65.35		12	77.20		14	87.80
	3	37.45		8	52.50		6	65.60		13	77.43		15	88.00
	4	37.80		9	52.80		7	65.90		14	77.66		16	88.20

F. Teknik Pengumpulan Data

Ilman Alifa Syahda, 2014

Hubungan kapasitas vital paru-paru dengan daya tahan cordioresparatory pada cabang olahraga sepak Bola

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Sesuai dengan metode dan desain yang digunakan, adapun langkah-langkah sebagai berikut dalam pengumpulan data:

1. Menetapkan populasi dan sampel penelitian
2. Melakukan tes pengukuran kapasitas vital paru-paru
3. Melakukan tes pengukuran daya tahan *cardiorespiratory*
4. Melakukan pengolahan dan analisis data dari hasil kedua tes
5. Menetapkan kesimpulan.

G. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi. Analisis korelasi menunjukkan keeratan hubungan antara dua variabel atau lebih (Hubungan Kapasitas Vital Paru-Paru dengan Daya Tahan *Cardiorespiratory* pada Cabang Olahraga Sepak Bola). Dimana analisis data diolah dengan menggunakan program *Statistical Product for Social Science* (SPSS) versi 18. Adapun langkah-langkahnya adalah:

1. Melakukan tes kapasitas vital paru-paru
2. Melakukan tes daya tahan *cardiorespiratory*
3. Mengumpulkan data hasil tes
4. Input data skor tersebut pada program komputer Microsoft Excel 2010.

Selanjutnya data tersebut diolah dan dianalisis, dengan tujuan dapat memperoleh kesimpulan penelitian. Dalam pelaksanaannya pengolahan data dilakukan melalui dua tahapan, yaitu uji asumsi statistik dan uji hipotesis.

1. Uji Asumsi Statistik

Uji asumsi statistik merupakan tahapan pengolahan data melalui rumus-rumus statistik, dengan tujuan akhirnya menjawab rumusan masalah penelitian. Dalam tahapannya, uji asumsi statistik melalui tahapan sebagai berikut:

a. Deskripsi Data

Deskripsi data merupakan tahapan pengolahan untuk memperoleh informasi mengenai data, diantaranya rata-rata, standar deviasi, varians, skor terendah dan skor tertinggi. Selain disajikan dalam bentuk angka, deskripsi data juga disajikan dalam bentuk diagram batang.

b. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data berada pada taraf distribusi normal atau tidak. Menguji normalitas data dari setiap data. Uji normalitas data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan uji Kolmogorov-smirnov, dengan asumsi kelompok sampel termasuk ke dalam sampel kecil atau 30 ke bawah. Format pengujiannya dengan membandingkan nilai probabilitas (p) atau signifikansi (Sig.) dengan derajat kebebasan (dk) $\alpha = 0,05$. Uji kebermaknaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. Atau $P\text{-value} > 0,05$ maka data dinyatakan normal.
- 2) Jika nilai Sig. Atau $P\text{-value} < 0,05$ maka data dinyatakan tidak normal.

c. Uji Homogenitas Data

Uji homogenitas dilakukan untuk menguji apakah data memiliki varians yang sama atau tidak, dengan kata lain homogen atau tidak. Selain itu juga untuk menentukan langkah pengujian statistik berikutnya, apakah menggunakan statistik parametrik atau nonparametrik. Apabila data berdistribusi normal dan homogen, maka pengolahan dilakukan dengan statistik parametrik. Sebaliknya apabila data berdistribusi normal tapi tidak homogen, maka pengujian dengan statistik nonparametrik.

Untuk uji homogenitas data mengacu pada penghitungan *Lavene Statistik* hasil *output* dari SPSS. Uji kebermaknaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. Atau $P\text{-value} > 0,05$ maka data dinyatakan homogen.
- 2) Jika nilai Sig. Atau $P\text{-value} < 0,05$ maka data dinyatakan tidak homogen.

d. Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan untuk menguji hipotesis hubungan antar variabel. Dalam hal ini menggunakan korelasi ganda, namun untuk menghitung korelasi ganda, maka dihitung terlebih dahulu korelasi sederhananya dulu menggunakan korelasi bivariate/product moment pearson. Uji kebermaknaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $> 0,05$ maka dinyatakan tidak terdapat hubungan.
- 2) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $< 0,05$ maka dinyatakan terdapat hubungan.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis 1:

Terdapat hubungan kapasitas vital paru-paru dengan daya tahan *cardiorespiratory* pada cabang olahraga sepak bola.

H_0 : Tidak ada hubungan kapasitas vital paru-paru dengan daya tahan *cardiorespiratory* pada cabang olahraga sepak bola

H_1 : Terdapat hubungan kapasitas vital paru-paru dengan daya tahan *cardiorespiratory* pada cabang olahraga sepak bola

Jika probabilitas (Sig.) $> 0,05$, maka H_0 diterima.

Jika probabilitas (Sig.) $< 0,05$, maka H_0 ditolak.