

# **Analisis Tingkat Vo2max Dan Kapasitas Vital Paru Atlet Tinju Pon Kalimantan Selatan**

Aldriani Beatrichx Suguro\*, Hegen Dadang Prayoga<sup>1</sup>, Ahmad Maulana<sup>2</sup>  
Pendidikan Olahraga, 89201.Fkip, Uniska 19240147  
Pendidikan Olahraga, 89201.Fkip, Uniska 1103089102  
Pendidikan Olahraga, 89201.Fkip, Uniska 1125049401

## **ABSTRAK**

Aldriani Beatrichx Suguro 2023.” Analisis Tingkat Vo2max Dan Kapasitas Vital Paru Atlet Tinju Pon Kalimantan Selatan, Program Studi Pendidikan Olahraga. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Islam Kalimantan ( UNISKA) Muhammad Arsyad Al Banjari. Pembimbing **I Hegen Dadang Prayoga, M.Pd.** Pembimbing **II Ahmad Maulana M.Pd.**

**Kata Kunci** : Tingkat Vo2max, atlet tinju,

Tujuan dari penelitian ini Analisis Tingkat Vo2max Dan Kapasitas Vital Paru Atlet Tinju Pon Kalimantan Selatan, Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey* yaitu dengan teknik pengumpulan data melalui tes dan pengukuran.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan Ada Analisis Tingkat Vo2max Dan Kapasitas Vital Paru Atlet Tinju Pon Kalimantan Selatan. Ada kontribusi daya ledak otot tungkai Terhadap Power Otot Tungkai PB. Junior Desa Manunggal pada Terhadap

## *ABSTRAC*

*The method used in this research is a survey method, namely data collection techniques through tests and measurements. Based on the results of research and discussion, there is a contribution of leg muscle strength to PB leg muscle power. Manunggal Village Junior among students. There is a contribution of leg muscle explosive power to PB leg muscle power. Manunggal Village Junior on PB Leg Muscle Power. Manunggal Village Junior Kirim masukan Panel samping Histori Tersimpan Beri kontribusi*

***Keywords: Relationship between height, body weight, leg muscle strength The aim of this***

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, B. P., Sugihartono., & Soenyoto, T. (2017). Pengaruh Metode Latihan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1). 7-13. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>.
- A, N., L, M., & R, S. (2022). Kontribusi Power Otot Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap Akurasi Jump Smash Bulutangkis Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Negeri 2 Rambah. *Journal of Sport Education and Training*, 3(2), 85–94.
- Augusta, R.M., & Purnomo, M. (2013). Hubungan Antara Tinggi Badan, Berat Badan, Kekuatan Otot Perut, Kekuatan Otot Lengan, Kelentukan Pergelangan Tangan, Kekuatan Otot Tungkai Dan Power Kaki Terhadap Hasil Jumping Smash (Studi pada PB Eka Jaya Krembung). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1). 1-8.
- Aziz, M. A., Mubarok, M.Z., & Mudzakir, D. O. (2020). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Hasil Keterampilan Long Passing Pemain Sepak Bola. *Jurnal Kependidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(1), 62-67.
- Mangun, F. A & Budiningsih, N. (2017). Model Latihan Smash Pada Cabang Olahraga Bulutangkis Untuk Atlet Ganda. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(2). 78-91. <https://doi.org/10.21009/GJIK.082.01>.
- Gusrinaldi, I., Irawan, R., Kiram, Y., & Edmizal, E. (2020). Faktor-Faktor Yang