

RINGKASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan aerobik intensitas rendah dan menengah terhadap konsentrasi eosinofil. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design*.

Penelitian ini menggunakan 30 sampel yang diambil secara acak dari populasi mahasiswa putra FIK UNY tahun ajaran 1998/ 1999. Sampel yang diambil dibagi menjadi tiga kelompok dan diberi perlakuan yang berbeda, yaitu: (1) kelompok 1 tidak diberi perlakuan (kelompok kontrol), (2) kelompok 2 diberi perlakuan berupa program latihan aerobik naik turun bangku intensitas rendah dengan parameter 40% penampilan maksimal, dan (3) kelompok 3 diberi perlakuan berupa program latihan aerobik naik turun bangku intensitas menengah dengan parameter 75% penampilan maksimal. Data konsentrasi eosinofil darah diambil sebelum perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan yang terakhir (*posttest*) pada jam/waktu yang sama.

Data hasil pengukuran diolah dengan menggunakan statistik deskripsi dan statistik inferensial (uji normalitas, uji homogenitas, uji t berpasangan, uji korelasi, dan uji anava) dengan taraf signifikansi 5%.

Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa Kelompok 1, tidak ada perbedaan yang bermakna antara konsentrasi eosinofil *pretest* ($x = 0,211$ K/ μ L; SD= 0,123) dengan eosinofil *posttest* ($x = 0,189$ K/ μ L; SD= 0,108), $p = 0,372$. (Ada penurunan yang tidak bermakna), kelompok 2, tidak ada perbedaan yang bermakna antara konsentrasi eosinofil *pretest* ($x = 0,428$ K/ μ L; SD 0,327) dengan eosinofil *posttest* ($x = 0,431$ K/ μ L; SD= 0,255), $p = 0,918$. (Ada peningkatan yang tidak bermakna), kelompok 3, tidak ada perbedaan yang bermakna antara konsentrasi eosinofil *pretest* ($x = 0,471$ K/ μ L; SD= 0,484) dengan eosinofil *posttest* ($x = 0,364$ K/ μ L; SD= 0,393), $p = 0,148$. (Tidak ada peningkatan yang bermakna). Jadi, (1) latihan aerobik intensitas rendah tidak dapat meningkatkan konsentrasi eosinofil, (2) Latihan aerobik intensitas menengah tidak dapat meningkatkan konsentrasi eosinofil.