

**FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR**

Skripsi, February 2023

Andi Diar Trisdiyana. Mg¹, Nur Faidah², Nurani Azis³

¹Student of the faculty of medicine and health sciences at Muhammadiyah University of Makassar in 2019/ email: andiarmg@med.unismuh.ac.id

^{2,3}Advisor

“Analysis Of Imposition Of Mineral Water And Isotonic Beverages On The Rate Of Pulse Rate After The Harvard Test Treatment In Students Of The Faculty Of Medicine And Health Science Muhammadiyah University, Makassar”

ABSTRACT

Background: Good physical activity will make an increase in pulse rate caused by reduced oxygen consumption. One of the physical activities that make a good pulse increase is the Harvard Test physical activity. The faster the pulse rate returns to normal after activity, the better a person's fitness.

Research Objective: Knowing the difference in giving water and isotonic drinks to the speed of pulse recovery after Harvard Test treatment in Students of the Faculty of Medicine and Health Sciences, University of Muhammadiyah Makassar.

Research Methods: This type of research uses Analytical Observational research with a Cohort approach, namely by measuring the Independent variable and the Dependent variable gradually at a time. In this study, primary data was used in this case, namely conducting experiments on the difference between giving water and isotonic drinks to pulse recovery after Harvard Test treatment in students of the Faculty of Medicine and Health Sciences, University of Muhammadiyah Makassar.

Results: Based on the distribution results of the average pulse recovery speed with plain water and isotonic drinks, the results obtained with a p value (sig) 0.000. ($p < \alpha$), α : 5% or 0.05 then H_0 is rejected. So it can be concluded that there is an average difference between giving water and isotonic drinks to pulse recovery in students of the Faculty of Medicine and Health Sciences, University of Muhammadiyah Makassar, where pulse recovery by giving isotonic drinks is better than pulse recovery by giving water.

Conclusion: Plain water and isotonic drinks both have an effect on pulse recovery after being treated.

Keywords: Harvard Test, Pulse Rate Recovery, Water, Isotonic Drinks

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Skripsi, Februari 2023

Andi Diar Trisdiyana. Mg¹, Nur Faidah², Nurani Azis³

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2019/ email: andiarmg@med.unismuh.ac.id

^{2,3}Pembimbing

“Analisis Pemberian Air Putih Dan Minuman Isotonik Terhadap Kecepatan Pemulihan Denyut Nadi Setelah Perlakuan Test Harvard Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar”

ABSTRAK

Latar Belakang: Aktivitas fisik yang baik akan membuat peningkatan denyut nadi yang disebabkan oleh berkurangnya konsumsi oksigen. Salah satu aktivitas fisik yang membuat peningkatan denyut nadi yang baik adalah aktivitas fisik *Harvard Test*. Semakin cepat denyut nadi kembali menjadi normal setelah melakukan aktivitas, maka semakin baik kebugaran seseorang.

Tujuan Penelitian: Mengetahui perbedaan pemberian air putih dan minuman isotonik terhadap kecepatan pemulihan denyut nadi setelah perlakuan *Test Harvard* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini menggunakan penelitian *Observasional Analitik* dengan pendekatan *Cohort* yaitu dengan pengukuran variable Independen dan variable Dependen secara bertahap pada suatu saat. Penelitian ini mengenai perbedaan antara pemberian air putih dengan minuman isotonik terhadap pemulihan denyut nadi setelah perlakuan *Test Harvard* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

Hasil: Berdasarkan hasil distribusi dari rata – rata kecepatan pemulihan denyut nadi dengan air putih dan minuman isotonik tersebut, didapatkan hasil dengan nilai p (sig) 0,000 . ($p < \alpha$) , α : 5% atau 0,05 maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rerata antara pemberian minuman air putih dengan minuman isotonik terhadap pemulihan denyut nadi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, yang mana pemulihan denyut nadi dengan pemberian minuman isotonik lebih baik dari pada pemulihan denyut nadi dengan pemberian air putih.

Kesimpulan: Air putih dan minuman isotonik sama-sama berpengaruh memulihkan denyut nadi setelah diberi perlakuan.

Kata Kunci: *Test Harvard, Pemulihan Denyut Nadi, Air Putih, Minuman Isotonik*