

**HUBUNGAN ANTARA VOLUME LATIHAN DAN PRESTASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA-ATLET**

Ruth Meihanna Ardian

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan negatif antara volume latihan dan prestasi akademik pada mahasiswa-atlet. Volume latihan adalah jumlah atau besarnya aktivitas latihan yang dilakukan dalam satu periode yang dapat dilihat berdasarkan waktu yang digunakan untuk berlatih baik dalam jam atau hari. Prestasi akademik adalah hasil pencapaian yang diperoleh dari pengalaman belajar yang digunakan untuk mengukur pemahaman dan penguasaan bahan seorang siswa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 58 mahasiswa-atlet yang berasal dari 9 prodi yang ada di Universitas Sanata Dharma. Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment, dengan taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan analisis data diperoleh korelasi sebesar -0,033 dengan $p = 0,403$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara volume latihan dan prestasi akademik.

Kata kunci : *volume latihan, prestasi akademik, mahasiswa-atlet*



**CORRELATION BETWEEN TRAINING VOLUME AND ACADEMIC
ACHIEVEMENT ON COLLEGE-ATHLETES**

Ruth Meihanna Ardian

ABSTRACT

This study aims to examine the negative relationship between training volume and academic achievement in students-athletes. Training volume is the amount or magnitude of exercise performed in a period that can be viewed based on time spent in practice either in hours or days. Academic achievement is the result obtained from the learning experience that is used to measure the understanding and mastery of a student. Subjects in this study amounted to 58 students-athletes from 9 different study programs available at Sanata Dharma University. Data analysis in this study used the Pearson Product Moment correlation technique, with significance level of 0.05. Based on data analysis, the correlation was obtained at -0.033 with $p = 0.403$ ($p < 0,05$). The results showed that there was no significant relationship between training volume and academic achievement.

Keywords : training volum, academic achievement, college-athletes

