

ABSTRAK

Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang

Oleh: Hari Maisa Putra

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan masih kurangnya kondisi fisik Atlet Bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana kondisi fisik Atlet Bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang.

Metode penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini seluruh Atlet Bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang yang aktif berjumlah 21 orang, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling* sehingga yang menjadi sampel adalah atlet putra dengan jumlah 14 orang. Tempat pelaksanaan penelitian adalah hall PB. Semen Padang Kota Padang dan dilaksanakan pada tanggal 31 Januari 2017. Data kondisi fisik diukur dengan tes kelincahan, daya ledak otot tungkai, daya tahan aerobik, kecepatan, dan kelentukan. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik uji persentase.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Kelincahan tertinggi atlet bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang adalah 5 orang atau (35.71%) dan tergolong pada kategori baik. (2) Daya ledak otot tungkai tertinggi atlet bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang adalah 7 orang atau (50.00%) dan tergolong pada kategori cukup. (3) Daya tahan aerobic tertinggi atlet bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang adalah 10 orang atau (71.43%) dan tergolong pada kategori cukup. (4) Kecepatan tertinggi atlet bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang adalah 9 orang atau (64.29%) dan tergolong pada kategori baik, dan (5) Kelentukan tertinggi atlet bulutangkis PB. Semen Padang Kota Padang adalah 7 orang atau (50.00%) dan tergolong pada kategori kurang.