

ABSTRAK

Mardisep. 2017.”Analisis Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis PB Mahmuda Belimbing Padang”.

Masalah dalam Penelitian ini adalah minimnya prestasi yang dimiliki atlet bulutangkis PB. Mahmuda Belimbing Padang ,mungkin disebabkan oleh rendahnya kondisi fisik yang mereka miliki seperti : daya ledak otot tungkai, kelincahan, daya tahan aerobik, dan kelentukan.Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang bertujuan untuk mengungkapkan tentang gambaran kondisi fisik yang dimiliki atlet bulutangkis PB.Mahmuda Belimbing Padang.Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2016 di PB.Mahmuda Belimbing Padang.

Populasi penelitian adalah seluruh atlet Bulutangkis PB.Mahmuda Belimbing Padang yang berjumlah 13 orang atlet putra dan 4 orang atlet putri.Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *purposive Sampling*, jadi jumlah sampel sebanyak 13 orang atlet bulutangkis putra PB.Mahmuda Belimbing Padang.Instrumen yang digunakan untuk mengukur daya ledak otot tungkai di ukur dengan *vertical jump test*, kelincahan di ukur dengan T-Test, daya tahan aerobik diukur dengan *bleep test*, dan kelentukan diukur dengan *Sit and reach*. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase

Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1) daya ledak otot tungkai diperoleh nilai rata-rata 64,41 kg m/sec dikategorikan cukup. 2) kelincahandiperoleh nilai rata-rata 11,82 detik dikategorikan baik. 3) daya tahan diperolehnilai rata-rata 43,04 ml/kg/menitdikategorikan cukup. 4) kelentukan diperoleh nilai rata-rata 27 cm dikategorikan sempurna