

ABSTRAK

Rino Saputra. 2017. "Profil Kondisi Fisik Atlet *Club* Renang Tirta Kaluang Kota Padang". *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Kekalahan atlet *club* renang Tirta Kaluang Kota Padang yang sering terjadi dalam beberapa *ivent* diduga disebabkan oleh rendahnya kondisi fisik atlet. Masalah tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian secara ilmiah. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet *Club* Renang Tirta Kaluang Kota Padang, meliputi: daya ledak otot tungkai, kekuatan otot lengan, kecepatan, kelentukan, dan dayatahan aerobik.

Disain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah atlet renang *Club* Tirta Kaluang Kota Padang yang berjumlah sebanyak 15 orang (8 orang atlet putra prestasi, 3 orang atlet putra pemula, 2 orang atlet putri prestasi dan 2 orang atlet putri pemula). Sampel penelitian adalah atlet putera prestasi saja yang berjumlah 8 orang dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Untuk mengukur daya ledak otot tungkai digunakan *standing broad jump test*, untuk mengukur kekuatan otot lengan digunakan tes *push up*, untuk mengukur kecepatan digunakan tes lari 50 meter, untuk mengukur kelentukan digunakan *flexiometer test*, dan untuk mengukur variabel dayatahan aerobik digunakan *bleep test*. Teknik analisis data menggunakan analisis distribusi frekwensi (*statistik deskriptif*) dengan perhitungan persentase.

Hasil penelitian: (1) Tingkat kondisi daya ledak otot tungkai atlet Renang Tirta Kaluang Padang berada pada kategori baik, dengan rata-rata kemampuan lompatan 234,25 cm. (2) Tingkat kondisi kekuatan otot lengan atlet Renang Tirta Kaluang Padang berada pada kategori sedang, dengan rata-rata kemampuan gerakan sebanyak 27,9 kali gerakan dalam satu menit. (3) Tingkat kondisi kecepatan atlet Renang Tirta Kaluang Padang berada pada kategori sedang, dengan rata-rata kemampuan berlari 5,8 detik menempuh jarak 50 meter. (4) Tingkat kondisi kelentukan atlet Renang Tirta Kaluang Padang berada pada kategori baik, dengan rata-rata kelentukan 14,5 cm. (5) Tingkat kondisi dayatahan aerobik atlet Renang Tirta Kaluang Padang berada pada kategori cukup, dengan rata-rata kemampuan memperoleh point sebesar level 42,3/menit.