ABSTRAK

Profil Kondisi Fisik Atlet Taekwondo Dojang Kabupaten Padang Pariaman

Oleh: Rondap Mahyudin

Masalah dalam penelitian ini adalah belum adanya gambaran kondisi fisik atlet Taekwondo Dojang Kabupaten Padang Pariaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Kondisi Fisik Atlet Taekwondo Dojang Kabupaten Padang Pariaman yang meliputi daya tahan aerobik, daya ledak otot tungkai, dan kecepatan.

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Taekwondo Dojang Kabupaten Padang Pariaman yang berjumlah 103 orang atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 orang atlet senior putra. Untuk memperoleh data daya tahan aerobic (*Vo*2Max) diukur melalui *bleeep test*, daya ledak otot tungkai diukur dengan *standing Board jump*, dan kecepatan diukur dengan lari 30 meter. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa : 1) Daya tahan aerobik atlet Taekwondo senior putra Dojang Kabupaten Padang Pariaman berada dalam klasifikasi sedang, 2) Daya ledak otot tungkai atlet Taekwondo senior putra Dojang Kabupaten Padang Pariaman berada dalam klasifikasi sedang, dan 3) Kecepatan atlet Taekwondo senior putra Dojang Kabupaten Padang Pariaman berada dalam klasifikasi sedang.