ABSTRAK

Irwan Sahputra. 2018. **Profil Kondisi Fisik Atlet Bolabasket SMA N 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong**

Menurunnya tingkat kondisi fisik atlet bolabasket SMA N 1 Curup Kabupaten Rejan Lebong menjadi latar belakang masalah dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet bolabasket SMA N 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong, yang meliputi: daya tahan aerobik, daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kecepatan dan kelincahan.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan SMA N 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong Jl Basuki Rachmat NO. 01 Curup. Penelitian ini dimulai dari tanggal 18 juli – 20 juli 2018. Populasi penelitian ini adalah seluruh atlet bolabasket SMA N 1 Curup Kabupaten Rejan Lebong. Penelitian ini menggunakan *total sampling* dimana seluruh populasi sekaligus menjadi sampel dalam penelitian ini. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 orang, 12 orang atlet putra dan 10 orang atlet putri. Instrumen yang digunakan untuk mengukur daya tahan aerobik diukur dengan *bleep test*, daya ledak otot tungkai adalah *vertical jump test*, daya ledak otot lengan diukur dengan *two hand medicine ball put*, kelincahan diukur dengan *dodging run test*, dan kecepatan diukur dengan *sprint* 50 meter. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil penelitian sebagai berikut (1) daya tahan aerobik skor rata-rata untuk putra 37.10 ml/kg.BB/min yang tergolong kategori kurang. Sedangkan rata-rata untuk putri 25.93 ml/kg.BB/min tergolong kategori kurang: (2) daya ledak otot tungkai skor rata-rata untuk putra 93.34 kg.m/second tergolong kategori cukup sedangkan skor rata-rata untuk putri 58.65 kg.m/second tergolong kategori cukup: (3) daya ledak otot lengan skor rata-rata untuk putra 4.64 meter tergolong kategori baik sedangkan skor rata-rata untuk putri 2.68 meter tergolong kategori cukup: (4) kelincahan skor rata-rata untuk putra 13.54 detik tergolong kategori baik sedangkan skor rata-rata untuk putri 14.78 detik tergolong kategori sedang: (5) Kecepatan skor rata-rata untuk putra 7.39 detik tergolong kategori cukup sedangkan skor rata-rata untuk putri 9.89 detik tergolong kurang.