

ABSTRAK

Rocky Kurniadi : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis PB Atlanta Padang

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi peneliti yaitu rendahnya kondisi fisik pemain bulutangkis PB Atlanta Padang, hal ini terlihat saat mengikuti pertandingan. Pada babak kedua, para pemain mulai melakukan kesalahan-kesalahan dan kehilangan konsentrasi didalam bermain. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui baik kondisi fisik yang dimiliki pemain bulutangkis PB Atlanta Padang yang berkenaan dengan daya ledak otot tungkai, kecepatan, daya tahan kardiovaskuler, dan kelentukan.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah pemain bulutangkis yang berjumlah 20 orang. Terdiri dari 20 orang atlet putra. Penarikan sampel dilakukan dengan *total Sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan tes dan pengukuran pada masing-masing unsur kondisi fisik untuk mendapatkan data. Daya tahan dengan VO_2max , daya ledak otot tungkai dengan *vertical jump*, kelentukan dengan *fleksiometer*, kecepatan dengan lari 30 meter. Sedangkan analisa data dilakukan menggunakan deskriptif statistik (Tabulasi Frekuensi).

Dari hasil penelitian ini menunjukkan: 1) Tinjauan daya ledak otot tungkai dari 20 orang atlet putra berada pada kategori baik. 2) Tinjauan kecepatan dari 20 orang atlet putra berada pada kategori baik. 3) Tinjauan daya tahan kardiovaskuler (VO_2max) dari 20 orang atlet putra berada pada kategori cukup. 4) Tinjauan kelentukan dari 20 orang atlet putra berada pada kategori baik.