

TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET PAT BAN BU BUKITTINGGI

AFDIL PRIMADASA

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini berawal dari rendahnya prestasi atlet PAT BAN BU Bukittinggi hal ini terlihat saat mengikuti pertandingan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tinjauan kondisi fisik atlet PAT BAN BU Bukittinggi.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah atlet PAT BAN BU Bukittinggi yang berjumlah 20 orang atlet yang berusia 14 - 19 tahun. Penarikan sampel dilakukan dengan *Purposive Sampling*, maka sampel berjumlah 15 orang atlet. Setelah data didapat, maka teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan tabulasi frekwensi.

Dari hasil penelitian berdasarkan norma standar penilaian untuk masing-masing kondisi fisik menunjukkan : 1) Daya tahan yang dimiliki atlet PAT BAN BU Bukittinggi tergolong kategori sedang, 2) Kelincahan yang dimiliki atlet PAT BAN BU Bukittinggi tergolong kategori sedang, 3) Daya ledak otot tungkai yang dimiliki atlet PAT BAN BU Bukittinggi tergolong kategori baik sekali, 4) Koordinasi mata tangan yang dimiliki atlet PAT BAN BU Bukittinggi tergolong kategori sedang, 5) Tinjauan kondisi fisik yang dimiliki atlet PAT BAN BU Bukittinggi tergolong kategori sedang.

Kata Kunci : Tinjauan Kondisi Fisik