ABSRAK

Ade Mulyani. 2019. "Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Wushu Kategori Sanda Kabupaten Solok

Masalah dalam penelitian ini adalah berawal dari melihat prestasi yang diperoleh atlet wushu Kabupaten Solok sangat menurun diduga di pengaruhi oleh kondisi fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet wushu kategori sanda Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah atlet Wushu Kategori Sanda Kabupaten Solok, sebanyak 20 orang atlet wushu semua anggota populasi dijadikan sampel. Terdiri dari 10 orang putra dan 10 orang putri. Pengambilan data ini di lakukan dengan cara tes kondisi fisik yang terdiri dari, daya ledak otot tungkai (*Standing Board Jump),* kekuatan otot lengan (*Push Up),* kelincahan (*Shuttle-Ran),* kelentukan *(Side Splits Test), daya tahan (Bleep Test).* Analisis data penelitian menggunakan teknik statistik deskriptif dengan perhitungan persentase P = F/N x 100%.

Berdasarkan analisis yang di peroleh hasil rata-rata tingkat kondisi fisik atlet Wushu Kategori Sanda Kabupaten Solok berada pada kategori cukup.