

ABSTRAK

Kevin De Osmon. 2019 : Tinjauan Kemampuan Kondisi Fisik Atlet Tinju PERTINA Kabupaten Tanah Datar.

Masalah dalam penelitian yaitu menurunnya prestasi atlet tinju, yang peneliti duga akibat rendahnya kondisi fisik atlet. Tujuan penelitian ini untuk mengungkapkan kemampuan kondisi fisik atlet tinju PERTINA Kabupaten Tanah Datar yang terdiri dari : Daya Tahan, Kekuatan, Kecepatan, dan Koordinasi.

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif. Populasi berasal dari 26 orang atlet tinju PERTINA Kabupaten Tanah Datar sedangkan yang dijadikan sampel penelitian ini adalah 16 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian dikumpulkan dengan menggunakan tes yaitu: *Bleep test*, Daya tahan kekuatan otot lengan diukur dengan *Push Up*, Daya tahan kekuatan otot perut diukur dengan *Sit Up*, kecepatan diukur dengan *tes lari cepat 30 meter* dan Test Koordinasi Mata Tangan. Analisis data digunakan teknik analisis data deskriptif.

Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil penelitian sebagai berikut : Daya Tahan atlet tinju PERTINA Kabupaten Tanah Datar diperoleh nilai rata-rata 49,58 dikategorikan **Baik**. Kekuatan atlet tinju PERTINA Kabupaten Tanah Datar Kekuatan otot Lengan diperoleh nilai rata-rata 36,06 dikategorikan **Sedang**. Kekuatan Otot Perut atlet tinju PERTINA Kabupaten Tanah Datar diperoleh nilai rata-rata 37,81 dikategorikan **Sedang**. Kecepatan diperoleh nilai rata-rata 4,52 dikategorikan **Cukup**. Koordinasi atlet tinju PERTINA Kabupaten Tanah Datar diperoleh nilai rata-rata 8 dikategorikan **Baik**.