ABSTRAK

Bonardo Aritonang. 2019. "Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Nomor 50 Meter Gaya Bebas Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Kota Padang (Studi Deskriptif Pada Atlet Prestasi Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Kota Padang)". Skripsi. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi atlet perkumpulan renang Tirta Kaluang Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet, meliputi: *explosive power* otot tungkai, kelentukan, dan kecepatan.

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 13 orang 5 putera dan 8 puteri pada kelompok prestasi. *Explosive power* otot tungkai diukur dengan *standing broad jump test*. Kelentukan diukur dengan *flexiometer test*. Kecepatan berlari digunakan tes *sprint* 60 meter. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan ditribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian: (1) Tingkat *explosive power* otot tungkai atlet diperoleh nilai ratarata 186,6 cm (putera) dan 133,0 cm (puteri) berada pada klasifikasi cukup. (2) Tingkat kelentukan atlet diperoleh nilai rata-rata 10,8 cm (putera) dan 11,7 cm (puteri) berada pada klasifikasi kurang. (3) Tingkat kecepatan atlet diperoleh nilai rata-rata 9,9 detik (putera) dan 12,1 detik (puteri) berada pada klasifikasi kurang.

Kata Kunci: Kondisi fisik atlet nomor 50 renang gaya bebas