

ABSTRAK

Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Balap Sepeda Kota Solok

Romi Saputra (2019) :

Masalah dalam penelitian ini yaitu : menurunnya prestasi atlet balap sepeda binaan ISSI Kota Solok. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet balap sepeda Kota Solok.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet putra binaan ISSI Kota Solok yang berjumlah 13 orang. Instrumen tes mencakup komponen kondisi fisik khususnya kondisi fisik dalam cabang olahraga balap sepeda (daya tahan aerobik, kekuatan otot lengan.). Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif.

Dari pengolahan data yang telah dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif, didapat hasil 7.69% atlet memiliki tingkat kondisi fisik pada klasifikasi *baik sekali*, 23.08% atlet berada pada klasifikasi *baik*, 30.77% atlet berada pada klasifikasi *sedang* dan sebanyak 38.46% atlet berada pada klasifikasi *kurang*. Secara keseluruhan tingkat kondisi fisik atlet balap sepeda Kota Solok berada pada klasifikasi *SEDANG* dengan rata-rata skor sebesar 219.28.

Kata kunci: *Kondisi Fisik, Balap Sepeda Jalanan.*