

## ABSTRAK

### **Rifal Kurniawan, 2019: Survey Kondisi Fisik Karateka Putra Inkado Kota Padang**

Berdasarkan dugaan pada Karateka Putra Inkado Kota Padang menunjukkan bahwa kondisi fisik atlet masih kurang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik Karateka Putra Inkado Kota Padang Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif.

Populasi dalam penelitian ini adalah Karateka Putra Inkado Kota Padang yang berjumlah sebanyak 15 orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *Total sampling* sehingga berjumlah 15 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan kondisi fisik daya tahan umum menggunakan tes VO2 Max, daya ledak otot tungkai dengan tes *vertical jump*, kelincahan menggunakan tes *Illiois Agility Run*, kecepatan menggunakan tes kecepatan tendangan, kelentukan menggunakan tes *Sit and Reach Test* dan keseimbangan menggunakan tes *Stork Stand Test* . Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase  $P = F/N \times 100\%$ .

Hasil penelitian dari analisis kondisi fisik yaitu, 1) Indikator Daya Tahan menggunakan tes Vo2 Max berada pada klarifikasi “cukup”. 2) Indikator Daya Ledak Otot Tungkai menggunakan tes *Vertical Jump* berada pada klarifikasi “cukup”. 3) Indikator Kelincahan menggunakan tes *Illiois Agility Run* berada pada klarifikasi “kurang”. 4) Indikator Kecepatan Tendangan berada pada klarifikasi “baik”. 5) Indikator Keseimbangan menggunakan *Strok Stand Test* berada pada klarifikasi “cukup”. 6) Indikator Kelentukan menggunakan *Sit adn Reach Test* berada pada klarifikasi “baik”.

**Kata Kunci : Kondisi Fisik**