

ABSTRAK

Viyolla Legina Putri.2019.”Tingkat Kondisi Fisik Khusus Atlet Bolavoli Putri Klub IVOMA Kabupaten Tanah Datar”.Skripsi.Pendidikan Kepelatihan Olahraga.FIK-UNP

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi atlet bolavoli putri klub IVOMA Kabupaten Tanah Datar yang diduga dipengaruhi oleh faktor kondisi fisik. Variabel dalam penelitian ini adalah daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan dan kelincahan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik khusus atlet bolavoli putri klub IVOMA Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui,meninjau dan mendeskripsikan suatu keadaan pada saat penelitian dilakukan. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bolavoli klub IVOMA berjumlah 48 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu sebanyak 12 orang atlet bolavoli putri klub IVOMA Kabupaten Tanah Datar. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan *vertical jump test* untuk mengukur daya ledak otot tungkai, *One Hand Medicine Bal Put* untuk mengukur daya ledak otot lengan, *shuttle run test* untuk mengukur kelincahan. Data yang diperoleh dianalisis dengan metode statistik deskriptif memakai tabulasi frekuensi dengan perhitungan persentase.

Berdasarkan analisis data diketahui bahwa (1) Tingkat daya ledak otot tungkai atlet bolavoli putri klub IVOMA Kabupaten Tanah Datar berada pada tingkat kurang dengan perolehan kemampuan rata-rata 2.47 meter (2) Tingkat daya ledak otot lengan atlet bolavoli putri klub IVOMA Kabupaten Tanah Datar berada pada tingkat cukup dengan perolehan kemampuan rata-rata 6,59 meter (3) Tingkat kelincahan atlet bolavoli putri klub IVOMA Kabupaten Tanah Datar berada pada tingkat cukup dengan perolehan kemampuan rata-rata 7,38 detik.