ABSTRAK

Analisis Kondisi Fisik Atlet Putra Club Bolabasket Bunga Setangkai Lima Puluh Kota

OLEH: Anggun S. Wulandari, (2009):

Rendahnya kondisi fisik pemain basket Putra Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota, ini terlihat ketika berlatih dan juga dalam bertanding. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan kondisi fisik pemain Basket Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota.

Penelitian ini tergolong pada penelitian deskriptif dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Data diperoleh dari sampel dengan mengukur elemen-elemen kondisi fisik (kecepatan lari 30 meter, kelincahan, kekuatan otot lengan, dan kecepatan lari 300 meter). Populasi dalam penelitian ini adalah pemain basket Putra Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota yang berjumlah 20 orang. Seluruh populasi dalam penelitian ini dijadikan sebagai sampel. Teknik analisis data menggunakan perhitungan frekuensi dan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 1) Kecepatan lari 30 meter pemain basket Putra Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 70%, 2) kelincahan pemain basket Putra Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 65%, 3) kekuatan otot tungkai pemain basket Putra Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota berada pada kategori baik sekali dengan persentase sebesar 65%, 4) dayatahan pemain basket Putra Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 45%, artinya kemampuan kondisi fisik pemain basket Putra Club Bunga Setangkai Lima Puluh Kota masih perlu untuk ditingkatkan.