

ABSTRAK

Yovi Dwiapta, 2019 : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis PB Pamungkas Padang

Berdasarkan pengamatan pada atlet bulutangkis PB pamungkas Padang menunjukkan bahwa kondisi fisik atlet masih kurang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik atlet bulutangkis PB pamungkas Padang.

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bulutangkis PB pamungkas Padang yang berjumlah sebanyak 22 orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *Porposive sampling* sehingga berjumlah 11 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan kondisi fisik daya tahan menggunakan tes lari 800 meter, kecepatan menggunakan tes lari 30 meter, kelincahan menggunakan tes *shuttle run* 4x10 meter dan daya ledak otot tungkai dengan tes *vertical jump*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$.

Hasil penelitian dari analisis kondisi fisik yaitu, 1) Kondisi fisik Atlet bulutangkis PB pamungkas Padang pada indikator daya tahan lari 800 meter pada kategori “kurang”. 2) Kondisi fisik Atlet bulutangkis PB pamungkas Padang pada indikator kecepatan lari 30 meter pada kategori “kurang”. 3) Kondisi fisik Atlet bulutangkis PB pamungkas Padang pada indikator kelincahan dengan *shuttle run* 4x10 pada kategori “kurang”. 4) Kondisi fisik Atlet bulutangkis PB pamungkas Padang pada indikator daya ledak otot tungkai dengan *vertical jump* pada kategori “kurang”.

Kata Kunci : Kondisi Fisik