

## ABSTRAK

### **Nadira Mifta Sawiya (2020): “Profil Kondisi Fisik Atlet Bolabasket Puteri Kabupaten Bengkulu Selatan”**

Masalah dalam penelitian ini adalah turunnya prestasi yang di raih atlet bolabasket puteri Kabupaten Bengkulu Selatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik atlet bolabasket puteri Kabupaten Bengkulu Selatan.

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bolabasket puteri Kabupaten Bengkulu Selatan yang berjumlah 20 orang. Teknik penarikan sampel menggunakan *total sampling*, yaitu semua populasi dijadikan sampel yang berjumlah 20 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap komponen-komponen kondisi fisik pemain bolabasket meliputi daya tahan aerobik, kecepatan, kelicahan, kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai. Data yang diambil dianalisis dengan menggunakan persentase.

Berdasarkan analisis data maka hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 orang atlet bolabasket puteri Kabupaten Bengkulu Selatan, dua orang kategori baik sekali, tujuh orang kategori baik, enam orang kategori sedang, dan tiga orang kategori kurang, ada dua orang kategori kurang sekali. Dapat disimpulkan bahwa masih banyak pemain bolabasket puteri Kabupaten Bengkulu Selatan yang belum memiliki kemampuan kondisi fisik yang baik.

**Kata kunci : Kondisi Fisik**