

## ABSTRAK

### **Nazma Kurnia (2020) : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet *Cricket* Putri Sumatera Barat**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum terlihatnya prestasi yang di raih atlet *cricket* Sumatera Barat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet *cricket* Sumatera Barat.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah semua atlet *cricket* Sumatera Barat yang berjumlah 20 orang atlet. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling*, yaitu berjumlah 11 orang. Waktu dan tempat penelitian ini adalah di lapangan Fakultas Ilmu Keolahragaan pada tanggal 4 sampai 5 Agustus 2020. Data dikumpulkan menggunakan tes terhadap variabel kondisi fisik. Data variabel daya tahan, kecepatan, kekuatan otot lengan, Koordinasi mata-tangan, dan tes daya ledak otot tungkai. Teknik analisis data adalah dengan analisis deskriptif.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: Hasil dari semua kondisi fisik atlet *cricket* Putri Sumatera Barat dengan rata-rata 49,27 berada pada kondisi Cukup. Hasil tes tingkat daya tahan aerobik yang dimiliki atlet *cricket* Putri Sumatera Barat dengan rata-rata 24 dikategorikan sedang. Hasil tes tingkat kecepatan yang dimiliki atlet *cricket* Putri Sumatera Barat dengan rata-rata 4,31 (detik) dikategorikan kurang. Hasil tes kekuatan otot lengan yang dimiliki atlet *cricket* Putri Sumatera Barat dengan rata-rata 28,18 dikategorikan kurang. Hasil tes tingkat koordinasi mata-tangan yang dimiliki atlet *cricket* Putri Sumatera Barat dengan rata-rata 20,36 (kali) dikategorikan sedang. Hasil tes tingkat Daya Ledak otot tungkai yang dimiliki atlet *cricket* Putri Sumatera Barat dengan rata-rata 174 (cm) dikategorikan sangat baik.

**Kata kunci : *Kondisi Fisik, Cricket, Putri Sumatera Barat***