

ABSTRAK

Deo Forenza. 2020. Profil Tingkat Kondisi Fisik Atlet Beladiri Tarung Derajat Kota Sungai Penuh

Masalah penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi atlet beladiri tarung derajat kota sungai penuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah kondisi fisik atlet Beladiri Tarung Derajat Kota Sungai Penuh.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet beladiri tarung derajat Kota Sungai Penuh yang berjumlah 29 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 17 orang atlet. Instrument dalam penelitian ini adalah: 1) kelincahan menggunakan *agility t test*, 2) kekuatan otot lengan menggunakan *push up test*, 3) kecepatan menggunakan lari sprint 30 meter, dan daya tahan menggunakan *bleep test*. Teknik analisis data menggunakan analisis statistic deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Tingkat kelincahan atlet beladiri tarung derajat Kota Sungai Penuh berada pada kategori sedang. 2) Tingkat kekuatan otot lengan atlet beladiri tarung derajat Kota Sungai Penuh berada pada kategori sedang. 3) Tingkat kecepatan atlet beladiri tarung derajat Kota Sungai Penuh berada pada kategori kurang. 4) Tingkat dayatahan atlet beladiri tarung derajat Kota Sungai Penuh berada pada kategori sedang.