

## ABSTRAK

**Rara Azahari, (2020): Tinjauan Kemampuan Mendayung *Dragon Boat* Jarak 500 Meter Atlet Dayung Putri Sumatera Barat. *Skripsi*. Pendidikan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang.**

Masalah penelitian ini adalah kurang maksimalnya dalam mendayung saat kecepatan menuju garis finish atlet dayung putri Sumatera Barat. Tujuan penelitian ini mengetahui kemampuan mendayung *dragon boat* jarak 500 meter atlet dayung putri Sumatera Barat .

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini atlet dayung putri Sumatera Barat yang aktif mengikuti latihan sebanyak 12 orang. Teknik pengambilan sampel dengan jenuh *sampling* sebanyak 12 orang. Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes ergometer, sedangkan teknik analisis data statistik menggunakan teknik presentase dengan formulasi/rumus  $P = f / n \times 100\%$ .

Berdasarkan analisis yang sudah dilakukan pada atlet dayung putri dengan jarak 500 meter , atlet dayung sumatera barat berada dikategori cukup dengan persentase 50 %.

**Kata Kunci : Kemampuan Mendayung *Dragon Boat* Jarak 500 Meter**