

## ABSTRAK

### Tinjauan Daya Tahan Aerobik Penyelam Skin Diving Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang

Oleh: Bagas Hasonangan Batubara

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya daya tahan aerobik penyelam *Skin Diving* Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana daya tahan aerobik penyelam *Skin Diving* Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyelam *Skin Diving* Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang dengan jumlah populasi 24 orang. Sampel yang digunakan sebanyak 10 orang dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Harvard Step Test*, data dianalisis dengan menggunakan teknik persentase.

Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil daya tahan aerobik penyelam *Skin Diving* sebanyak 6 orang berada pada klasifikasi kurang dengan presentase 60%, pada klasifikasi cukup sebanyak 2 orang dengan persentase 20%, 1 orang berada pada klasifikasi baik dan kurang sekali dengan persentase 10% dan tidak ada satupun yang berada pada klasifikasi baik sekali (0%).

**Kata Kunci:** Daya tahan Aerobik, *Skin Diving*