

## ABSTRAK

### Tinjauan Kondisi Atlet Bolabasket Putri Kabupaten Dharmasraya

Oleh: Atika Rezky Pratiwi

Masalah dalam penelitian ini yaitu menduga bahwa masih rendahnya tingkat kondisi fisik atlet bolabasket putri Kabupaten Dharmasraya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik pemain bolabasket putri Kabupaten Dharmasraya.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bola basket putri Kabupaten Dharmasraya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Teknik pengambilan data adalah dengan kondisi fisik kecepatan dengan test *lari 30 meter*, kelincahan dengan *illionis agility test*, daya tahan anaerobik dengan test *lari 300 meter*, daya tahan aerobik dengan *vo2max*, daya ledak otot tungkai dengan *vertical jump*. Teknik analisis data menggunakan *statistic deskriptif presentasi*.

Hasil penelitian kondisi fisik atlet bolabasket putri Kabupaten Dharmasraya terdapat 2 orang atlet berada pada klasifikasi kurang sekali, 4 orang atlet berada pada klasifikasi kurang, 6 orang atlet terdapat pada klasifikasi sedang, 6 orang atlet terdapat pada klasifikasi baik, 2 orang atlet terdapat pada klasifikasi baik sekali. Dari keseluruhan hasil kondisi fisik yang dominan dimiliki atlet bolabasket putri Kabupaten Dharmasraya tergolong pada kategori sedang.

**Kata kunci : Kondisi Fisik, Atlet, Bola Basket.**