ABSTRAK

Tinjauan Profil Atlet Bolavoli Putri *Club* BARITA Kecamatan Guguak Kabupaten Limapuluh Kota

Oleh: Dania Putty Ranchani

Penelitian ini berujuan untuk mendeskripsikan antropometri yang dibatasi dengan IMT. Kondisi fisik yang dibatasi dengan daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kelincahan, daya tahan *aerobik* dan kelentukan. Teknik dasar yang dibatasi dengan teknik *passing* bawah, *passing* atas, servis atas dan *smash*.

Penelitian ini merupakan penelitian jenis deskiptif. Untuk kondisi fisik menggunakan *vertical jump test*, *one hand medicine ball put*, *T test*, *bleep test* dan *sit and reach using tape measure*. Untuk mengukur teknik dasar: *passing* bawah menggunakan trespassing kedinding 1 menit, *passing* atas menggunakan trespassing kedinding 1 menit, servis atas menggunakan servis pada sasaran dan *smash* menggunakan *smash* pada sasaran.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistic *deskriptif* dengan bentuk persentase. Hasil penelitian diperoleh sebagaiberikut: (1) Antropometri atlet rata-rata 50% normal, (2) Daya ledak otot tungkai 70% klasifikasi sedang, (3) Daya ledak otot lengan30% klasifikasi sedang, (4) Kelincahan 50% klasifikasi baik, (5) Daya tahan *aerobic* 50% klasifikasi kurang, (6) Kelentukan 50% klasifikasi baik, (7) *Passing* bawah atlet 50% klasifikasi sedang, (8) *Passing* atas 70% klasifikasi sedang, (9) Servis atas 40% klasifikasi kurang, (10) S*mash* 40% klasifikasi kurang. Dengan begitu profil atlet bolavoli putr i*club* BARITA Kecamatan Guguak Kabupaten Limapuluh Kota rata-rata 40% dalam klasifikasi sedang.

Kata kunci : Antropometri, Kondisi Fisik, Teknik Dasar Permainan Bolavoli.