ABSTRAK

Karakteristik dan Performa Atlet Bolavoli Putra Porduser Klub Ujung Gading Kabupaten Pasaman Barat

Oleh: Meli Astuti

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi yang dimiliki oleh atlet yang belum diketahuinya Karakteristik Dan Peforma Atlet Bolavoli Putra Porduser Klub Ujung Gading Kabupaten Pasaman Barat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat Karakteristik dan Performa Atlet Bolavoli Putra Porduser Klub Ujung Gading Kabupaten Pasaman Barat seperti komponen daya tahan anerobik, kelincahan, kelentukan, daya ledak otot lengan, daya ledak otot tungkai. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan mengunakan metode deskriptif. Instrument dalam penelitian ini terdiri dari *Running-based Anaerobik Sprint Test (RAST), Agility T-Test, Bridge Up-Test, One Hand Medicine Ball Put* dan *Vertical Jump Test*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang, Teknik analisis data yang digunakan adalah *persentase*. Hasil penelitian yang diperoleh diantara komponen kondisi fisik tersebut adalah: (1) Daya tahan anerobik yang dimiliki sekarang tergolong pada kategori sedang dengan rata-rata 8,29, (2) Kelincahan yang dimiliki sekarang tergolong pada kategori baik dengan rata-rata 13 detik, (3) Kelenturan yang dimiliki sekarang tergolong pada kategori sedang dengan rata-rata 73 cm, (4) Daya ledak otot lengan yang dimiliki sekarang tergolong pada kategori sedang dengan rata-rata 5,27 meter, (5) Daya ledak otot tungkai yang dimiliki sekarang tergolong pada kategori sedang dengan rata-rata 96 kg-m/*second*, (6) Tingkat status gizi yang dimiliki sekarang tergolong pada kategori normal dengan rata-rata 18,7, (7) Tingkat umur yang dimiliki sekarang tergolong pada kategori 15 -17 tahun denganrata-rata 16 tahun.

Kata Kunci: Karakteristik dan Performa Atlet Bolavoli.