

ABSTRAK

M. Fauzan, 2021 : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis PB Bintang Saiyo Solibad Padang. Skripsi. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Jurusan Kepelatihan. Fakultas Ilmu Keolahragan. Universitas Negeri Padang

Penelitian ini membahas tentang masalah kurangnya kondisi fisik atlet Bulutangkis PB Bintang Saiyo Solibad Padang. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet Bulutangkis PB Bintang Saiyo Solibad Padang. Penelitian ini berjenis penelitian deskriptif. Dalam penelitian ini atlet Bulutangkis PB Bintang Saiyo Solibad Padang 15 orang sebagai populasi. *Total sampling adalah* teknik pengumpulan data dalam penelitian yang mencakup seluruh atlet PB. Bintang Saiyo Solibad Padang sebanyak 15 orang. Teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase adalah instrumen dan analisis dari data penelitian. Berdasarkan hasil penelitian dari analisis kondisi fisik atlet Bulutangkis PB Bintang Saiyo Solibad Padang yaitu, 1) Indeks masa tubuh kategori “sedang”. 2) Daya ledak otot tungkai kategori “sedang”. 3) Koordinasi gerak kategori “sedang”. 4) Daya tahan otot lengan kategori “sedang”. 5) Daya tahan otot perut kategori “kurang”. 6) Kecepatan kategori “sedang”. 7) Kondisi fisik daya tahan kategori “sedang”. 8) Kelentukan kategori “baik”. 9) Kelincahan kategori “sedang”.

Kata Kunci : Kondisi Fisik

ABSTRACK

M. Fauzan, 2021 : *Review of the physical condition of badminton athletes PB Bintang Saiyo Solibad Padang. Skripsi. Sports Coaching Education Study Program. Department of Coaching. Faculty of Sports Science. Padang State University*

This study discusses the problem in this study is the lack of physical condition of the badminton athlete PB Bintang Saiyo Solibad Padang. This study aims to determine the physical condition of the badminton athlete PB Bintang Saiyo Solibad Padang. This type of research is descriptive research. The population in this study was 15 people of PB Bintang Saiyo Solibad Badminton athletes Padang. The data collection technique used a total sampling technique for all athletes PB. Bintang Saiyo Solibad Padang as many as 15 people. The research instrument and analysis of research data using frequency distribution techniques with percentage calculations. Based on the results of the research from the analysis of the physical condition of the Badminton athlete PB Bintang Saiyo Solibad Padang, namely, 1) Body mass index "moderate" category. 2) The explosive power of the leg muscles "medium" category. 3) Coordination "medium" category. 4) Arm muscle endurance "moderate" category. 5) Abdominal muscle endurance "low" category. 6) Speed "medium" category. 7) Physical condition of endurance "medium" category. 8) Flexibility "good" category. 9) Agility "medium" category.

Keywords: *Physical condition*