

## ABSTRAK

### Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Sepak Takraw SMA Negeri 7 Kerinci.

OLEH : Remon Nelsa

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kondisi fisik yang dimiliki oleh atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci dapat terlihat pada saat bermain sepak takraw tidak optimal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat tingkat kondisi fisik atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci yang terdiri dari kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelenturan.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian persentatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci yang berjumlah 20 orang, teknik sampel yang digunakan yaitu *total sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes yaitu *Vertical Jump* ditujukan untuk mengukur kekuatan, *Bleep test* ditujukan untuk mengukur daya tahan, *Sprint Test* ditujukan untuk mengukur kecepatan dan *Split Test* ditujukan untuk mengukur kelenturan. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan persentatif secara manual.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah tentang tinjauan tingkat Kondisi fisik atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci dari 20 orang sampel, Kekuatan atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci berada pada kategori cukup dengan rata-rata 13 dan persentase sebesar 65%. Dan terdapat bahwa sig.  $0.190 > 0.0528$ , Daya tahan atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci berada pada kategori cukup dengan rata-rata 14 dan persentase sebesar 70%. terdapat bahwa sig.  $0.190 > 0.0889$ , Kecepatan atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci berada pada kategori cukup dengan rata-rata 9 dan persentase sebesar 45%. Dan terdapat bahwa sig.  $0.190 > 0.0954$ , Kelenturan atlet sepak takraw SMA Negeri 7 Kerinci berada pada kategori kurang dengan rata-rata 6 dan persentase sebesar 30%. Dan terdapat bahwa sig.  $0.190 > 0.0929$ .