

## ABSTRAK

### **Syefnil Wahyuni (2013) :Tinjauan Tentang VO<sub>2</sub>Max Atlet Tenis Lapangan pada Klub PTL Universitas Negeri Padang.**

Masalah dalam penelitian ini berawal ketika peneliti mendapat kenyataan dilapangan bahwa masih banyaknya atlet tenis lapangan pada klub PTL (Pelatihan Tenis Lapangan) Universitas Negeri Padang yang diduga mempunyai kondisi fisik yang masih kurang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keadaan sebenarnya VO<sub>2</sub>Max atlet tenis lapangan pada PTL Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Populasi penelitian ini adalah seluruh atlet tenis Universitas Negeri Padang yang masih aktif latihan yang berjumlah 38 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Maka didapatkan jumlah sampel sebanyak 20 orang. Untuk menentukan VO<sub>2</sub>Max menggunakan tes *bleep test* atau tes multi tahap dan untuk teknik analisis data yaitu analisis deskriptif  $P=f/n \times 100\%$ .

Berdasarkan hasil tes yang telah didapatkan disimpulkan bahwa VO<sub>2</sub>Max atlet pelatihan tenis lapangan Universitas Negeri Padang masih belum memenuhi relevansi VO<sub>2</sub>Max untuk cabang Olahraga tenis lapangan, ini dibuktikan dengan tidak adanya atlet putra maupun putri berada pada klasifikasi tinggi, maka diperoleh distribusi frekuensi untuk atlet putra sebanyak 0% berklasifikasi tinggi, 60% berklasifikasi bagus (9 orang), 40% berklasifikasi cukup (6 orang), dan 0% normal untuk atlet putra yang berklasifikasi sedang dan kurang. Sedangkan hasil analisis VO<sub>2</sub>Max atlet putri yang berjumlah 5 orang diperoleh distribusi frekuensi sebanyak 0% berklasifikasi tinggi. 20% berklasifikasi bagus (1 orang), 80% berklasifikasi cukup (4 orang) dan 0% berklasifikasi sedang dan kurang.

**Kata Kunci : VO<sub>2</sub>Max, Atlet Tenis**