

## ABSTRAK

### **Tinjauan Status Gizi dan Tingkat Kesegaran Jasmani Atlet Bolavoli Klub BVC Duri Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis**

**OLEH : Muhammad Ridwan**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kesegaran jasmani atlet yang diduga karena gizi yang kurang seimbang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi dan tingkat kesegaran jasmani atlet bolavoli klub BVC Duri Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, dengan menggunakan data primer dan data skunder. Populasi penelitian ini adalah atlet Putra dan Putri klub BVC Duri Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis yang berjumlah 37 orang, yang terdiri dari 26 atlet putra dan 11 atlet putri. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Maka didapatkan jumlah sampel sebanyak 26 orang atlet putra saja. Untuk menentukan status gizi atlet menggunakan rumus  $IMT = \frac{BB}{TB^2}$  dan tingkat kesegaran jasmani menggunakan test TKJI dan untuk teknik analisis data yaitu analisis deskriptif  $P = \frac{f}{n} \times 100\%$ .

Status gizi atlet bolavoli klub BVC Duri Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis dalam penelitian ini dari 26 sampel maka diperoleh distribusi frekuensi 0% kurus sekali (0 orang), 7.69% kurus (2 orang), 80.76% normal (21 orang), 11.53% gemuk (3 orang). Sedangkan hasil analisis tingkat kesegaran jasmani atlet bolavoli klub BVC Duri Kecamatan Mandau kabupaten bengkalis menunjukkan bahwa dari jumlah distribusi frekuensi 30.76% berkategori Baik (8 orang), 57.69% berkategori Sedang (15 orang), 11.53% berkategori Kurang (3 orang) dan 0% berkategori Kurang Sekali (0 orang).