

ABSTRAK

Studi Kondisi Fisik Klub Bolavoli Pemerintah Kota (Pemko) Pariaman

Oleh : Rio Saputra, (06709)

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum begitu baiknya kondisi fisik klub bolavoli pemerintah kota (Pemko) Pariaman. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran secara nyata tentang kemampuan kondisi fisik klub bolavoli pemerintah kota (Pemko) Pariaman.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Bolavoli Pemko Pariaman yang berjumlah 31 orang, yang terdiri dari 22 orang pemain putra dan 9 orang pemain putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 22 orang pemain putra. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap daya tahan aerobic, daya ledak, kelincahan dan kelentukan. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Berdasarkan hasil analisis data untuk variabel daya tahan aerobik, tidak satupun memiliki kategori baik sekali, dan untuk kategori baik ada 12 orang (54,55%). Selebihnya dalam kategori sedang, kurang dan kurang sekali. Variabel daya ledak, 20 orang pemain (90,91%) memiliki daya ledak dalam kategori baik sekali, hanya 2 orang (9,09%) yang memiliki daya ledak dalam kategori cukup. Variabel kelincahan, semua pemain memiliki kelincahan dalam kategori baik sekali dan variabel kelentukan, tidak satupun pemain memiliki kelentukan dalam kategori sempurna dan baik sekali. Hanya 10 orang (45,45%) dalam kategori baik. Untuk kategori cukup ada sebanyak 11 orang (50,00%) dan 1 orang (4,55%) dalam kategori kurang.