

ABSTRAK

KONDISI FISIK ATLET BOLATANGAN PUTRA KABUPATEN SUMENEP PADA PERSIAPAN PEKAN OLAHRAGA PROVINSI (PORPROV VII) JAWA TIMUR TAHUN 2022

RENDI DIA KHOIRUL

Kata kunci : kondisi fisik atlet bolatangan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik atlet bolatangan putra kabupaten Sumenep pada persiapan pekan olahraga provinsi (PORPROV VII) Jawa Timur tahun 2022.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan metode survei, pengumpulan data menggunakan tes pengukuran. Penelitian ini menggunakan satu variabel tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Sampel penelitian ini yaitu 13 atlet bolatangan putra kabupaten Sumenep yang akan mengikuti porprov. Instrumen penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan Teknik analisis deskriptif kuantitatif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil tes kekuatan (*Push Up*) dalam kategori kurang sekali 61,53%, tes kecepatan (lari 30 meter) dalam kategori sangat baik 92,30%, tes daya ledak otot tungkai (*vertical jump*) dalam kategori baik sekali 100%, tes daya tahan (*bleep tst*) dalam kategori baik sekali 46,15% dan kategori baik 46,15%.