

ABSTRAK

Moh. Sumantri

NPM. 15852011A001770

**“Tingkat Kondisi Fisik Atlet Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep”
Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
STKIP PGRI Sumenep, Pembimbing I Ainur Rasyid, M.Pd. dan
Pembimbing II Nugroho Agung Supriyanto, M.Or.**

Kata kunci: Kondisi Fisik, Bolatangan.

Bolatangan merupakan sebuah olahraga kompetitif yang dimainkan oleh dua tim dan masing-masing tim terdiri dari 7 orang dimainkan dilapangan 20x40 meter dengan durasi 2x30 menit. Olahraga ini diklaim sebagai cabang olahraga yang lebih dulu dimainkan daripada sepakbola. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep dengan cara menganalisis melalui tes kondisi fisik.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan tes untuk mengetahui kondisi fisik Atlet bolatangan putra STKIP PGRI Sumenep yang diantaranya adalah tes kekuatan otot lengan, tes kekuatan otot perut, tes kecepatan, tes kelincahan, dan tes daya tahan *VO2Max*. Subjek penelitian adalah mahasiswa dengan jumlah 15 orang. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan rumus teori para ahli yang meliputi: 1) *Mean*, 2) *Standart Devisi*, dan 3) Persentase.

Hasil analisis data yang diperoleh dijabarkan ke dalam pembahasan berikut: 1) Berdasarkan deskripsi data hasil tes kekuatan otot lengan, memperoleh rata-rata sebesar 25 dengan standart deviasi sebesar 6,09 dan Presentase hasil tes kekuatan otot lengan atlet berdasarkan norma tes, tertinggi adalah kategori “Kurang” yaitu 11 atlet dengan 73,33% dan kemudian kategori “Kurang Sekali” yaitu 4 atlet dengan 26,67%. 2) Hasil tes kekuatan otot perut, memperoleh rata-rata sebesar 24,87 dengan standart deviasi sebesar 4,02 dan Presentase hasil tes kekuatan otot perut atlet berdasarkan norma tes, tertinggi adalah kategori “Kurang” yaitu 14 atlet dengan 93,33% dan kemudian kategori “Kurang Sekali” yaitu 1 atlet dengan 6,67%. 3) Hasil tes kelincahan, memperoleh rata-rata sebesar 11,35 dengan standart deviasi sebesar 0,79 dan Presentase hasil tes kelincahan atlet berdasarkan norma tes, tertinggi adalah kategori “Baik Sekali” yaitu 11 atlet dengan 73,33%, kategori “Baik” yaitu 3 atlet dengan 20%, dan kemudian kategori “Sedang” yaitu 1 atlet dengan 67%. 4) Hasil tes kecepatan, memperoleh rata-rata sebesar 4,96 dengan standart deviasi sebesar 0,56 dan Presentase hasil tes kecepatan atlet berdasarkan norma tes, tertinggi adalah kategori “Kurang Sekali” yaitu 6 atlet dengan 40%, “Sedang” yaitu 4 atlet dengan 26,67%, “Kurang” yaitu 3 atlet dengan 20%, dan kemudian kategori “Baik” yaitu 2 atlet dengan 13,33%. 5) Hasil tes daya tahan *VO2Max*, memperoleh rata-rata sebesar 31,8 dengan standart deviasi sebesar 5,63 dan Presentase hasil tes daya tahan *VO2Max* atlet berdasarkan norma tes, tertinggi adalah kategori “Kurang Sekali” yaitu 7 atlet dengan 46,66%, kategori “Kurang” dan “Sedang” secara bersama-sama 4 atlet dengan 26,67%.