



## ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

### TITLE

EVALUASI KEMAMPUAN KONDISI FISIK PADA ATLET PERSATUAN BULU TANGKIS MALAKA ACEH BESAR TAHUN 2017

### ABSTRACT

#### ABSTRAK

Januar. 2017. Evaluasi Kemampuan Kondisi Fisik Pada Atlet Persatuan Bulu Tangkis Malaka Aceh Besar Tahun 2017. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Syiah Kuala. Pembimbing:

(1) Drs. Muhammad Jafar, M.Pd., (2) Masri, S.Pd., M.Pd.

Kata kunci: evaluasi, kondisi fisik, bulutangkis

Bulutangkis merupakan salah satu permainan yang menuntut beberapa kemampuan. Kemampuan kondisi fisik sangat berperan dalam permainan bulutangkis. Penelitian ini berupaya mengungkapkan kemampuan kondisi fisik atlet PB Malaka Aceh Besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik atlet PB Malaka Aceh Besar Tahun 2017.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis evaluasi. Populasi penelitian ini adalah atlet PB Malaka Aceh Besar, pengambilan sampel memakai teknik total sampling atau sampel keseluruhan, sehingga sampel dalam penelitian ini 20 atlet PB Malaka Aceh Besar Tahun 2017. Pengumpulan data dilakukan dengan cara: 1) Tes daya tahan lokal (pull-up), 2) Tes kelincahan (shuttle-run), 3) Tes kecepatan lari 50 m, dan 4) Tes daya tahan umum (lari 12 menit). Analisis data penelitian ini menggunakan tabulasi persentase.

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh adalah: 1) kemampuan daya tahan lokal (Pull-Up) berada pada kategori kurang, diperoleh 11 atlet dari 20 orang atlet (55,00%), 2) kemampuan kelincahan (Shuttle-run) berada pada kategori baik, diperoleh 7 atlet dari 20 orang atlet (35,00%), 3) kemampuan kecepatan 50 meter berada pada kategori Sedang, diperoleh 10 atlet dari 20 orang atlet (50,00%), 4) Kemampuan daya tahan umum berupa lari 12 menit berada pada kategori sedang, diperoleh 9 atlet dari 20 orang atlet (45,00%).

Kesimpulan penelitian ini adalah: 1) kemampuan daya tahan lokal (pull-up) berada pada kategori Kurang, 2) kemampuan kelincahan (shuttle-run) berada pada kategori Baik, 3) kemampuan kecepatan lari 50 meter berada pada kategori Sedang, dan 4) kemampuan daya tahan umum berupa lari 12 menit berada pada kategori Sedang.