

## ABSTRAK

Bima Ade Saputra. 2023. “Kondisi Fisik Pemain Bola Voli Putra Klub Aremba di Kecamatan Bayung Lencir”. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing (I) Dr. Drs. Ilham, M.Kes, Pembimbing (II) Grafitte Decheline, S.Pd.,M.Pd.

**Kata Kunci :** Kondisi fisik, bola voli, Klub Bola Voli Aremba di Kecamatan Bayung Lencir.

Permainan Bola Voli merupakan olahraga yang digemari dan dimainkan oleh masyarakat Indonesia, baik masyarakat kota maupun masyarakat desa. Permainan ini juga dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik pemain Bola Voli putra berdasarkan faktor kekuatan otot punggung, untuk mengetahui kondisi fisik pemain Bola Voli putra aremba berdasarkan faktor kekuatan otot tungkai dan untuk mengetahui fisik pemain Bola Voli putra Aremba berdasarkan faktor power tungkai.

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif yaitu penelitian yang tujuan utamanya adalah mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada mengenai kondisi fisik pemain Bola Voli putra klub Aremba di kecamatan Bayung Lencir. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey, tehnik pengumpulan data dengan melakukan tes dan pengukuran.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi fisik Pemain Bola Voli putra klub Aremba di Kecamatan Bayung Lencir pada tes kekuatan otot punggung diperoleh hasil yang masuk kategori baik sekali ada 5 orang (41.70%), baik ada 7 orang (58.30%). Tes kekuatan otot tungkai diperoleh hasil yang masuk kategori baik 1 orang (8.30%), sedang 9 orang (75%), dan kurang 2 orang (16.70%). Tes power otot tungkai diperoleh hasil dalam kategori baik sekali 2 orang (16.70%), baik 6 orang (50%) dan sedang 4 orang (33.3%).

Kesimpulan Penelitian ini yaitu penilaian tes pengukuran kondisi fisik faktor kekuatan otot punggung diperoleh hasil paling besar 58,30% dan masuk kategori baik, penilaian tes pengukuran kondisi fisik faktor kekuatan otot tungkai diperoleh hasil paling besar 75% dan masuk kategori sedang dan penilaian tes pengukuran kondisi fisik power otot tungkai diperoleh hasil paling besar 50% dan masuk kategori baik.