ABSTRAK

Yohanes Febrianto. 2023 “Analisis kondisi Fisik Atlet Bola Voli Club Armada Kabupaten Muaro Jambi”. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing (I) Dr. Palmizal, A. S.Pd., M.Pd (II) Anggel Hardi Yanto, S.Pd., M.Pd

Kata kunci: *Kondisi Fisik, Atlet Bola Voli*

Berdasarkan hasil observasi pada club Armada Kabupaten Muaro Jambi hasil pengamatan bahwa pemain bola voli Armada belum pernah dalam pelaksanaan tes kondisi fisik, bahwasanya tes kondisi fisik sangat penting untuk mengetahui latihan yang dapat diberikan, dengan adanya tes kondisi fisik diharapkan latihan mengalami perkembangan dan perubahan tidak hanya pemberian latihan saja tanpa di ketahui hasilnya, dari hasil pengamatan tersebut, pelatih hanya focus pada latihan yang pencapaiannya pada hasil pertandingan, sehingga tidak tau apakah atletnya memiliki kondisi fisik sesuai dengan yang dibutuhkan atau tidak.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui dan mendapatkan gambaran atau kenyataan yang sesungguhnya dari keadaan objek yang diteliti tanpa ada suatu maksud untuk mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum. sampel dalam penelitian ini ialah Atlet Bola Voli Club Armada Kabupaten Muaro Jambi berjumlah 15 orang secara *total sampling*.

Berdasarkan analisis data diperoleh kondisi fisik tes gantung angkat tubuh dari 15 orang yang memiliki kategori Baik sekali sebanyak 1 orang dengan persentasi 7%, yang memiliki kategori baik sebanyak 10 orang dengan persentasi 67%. yang memiliki kategori cukup sebanyak 4 orang dengan persentasi 27%, kondisi fisik tes push up dari 15 orang yang memiliki kategori sedang sebanyak 3 orang dengan persentasi 20%, yang memiliki kategori cukup sebanyak 12 orang dengan persentasi 80%, kondisi fisik tes kelincahan dari 15 orang yang memiliki kategori cukup sebanyak 4 orang dengan persentasi 27%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 11 orang dengan persentasi 75%, kondisi fisik tes Daya Tahan Jantung dan Paru *Bleep Test* dari 15 orang yang memiliki kategori kurang sebanyak 4 orang dengan persentasi 27%, yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 11 orang dengan persentasi 75%, fisik tes *Vertical Jump* dari 15 orang yang memiliki kategori cukup sebanyak 9 orang dengan persentasi 60%, yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 6 orang dengan persentasi 40%.

Dapat di simpulkan bahwa Analisis kondisi Fisik Atlet Bola Voli Club Armada Kabupaten Muaro Jambi berada pada kategori sedang 100%.