

ABSTRAK

Hafizh Haristi. 2025 **“Kemampuan Vo2 Max Anggota Baru Brigadir Polri Di Mapolres Muaro Jambi Tahun 2024”** Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Kevelatihan Olahraga Pembimbing (I) Dr. Palmizal A, S.Pd., M.Pd. Pembimbing (II) Iwan Budi Setiawan, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Kemampuan VO2 MAX, Anggota Baru Polri

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan VO₂ Max anggota baru Brigadir Polri di Mapolres Muara Jambi tahun 2024. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, penelitian yang tidak bermaksud menguji hipotesis, tetapi hanya menggambarkan seperti apa adanya keadaan dari suatu variabel. Metode pengumpulan data adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik tes dan pengukuran.

Berdasarkan hasil analisis dari penelitian ini secara keseluruhan dapat ditarik kesimpulan bahwa Tingkat kemampuan VO₂Max Anggota Baru Polres Muaro Jambi dalam kategori baik, dimana nilai VO₂Max terendah adalah 42,6 dan nilai VO₂Max tertinggi adalah 46,2.