

## ABSTRAK

**SADAM. NIM: 6103210033 Kompetensi *Personal Trainer Best Fitness Plaza Medan Fair*. (Pembimbing : ARDI NUSRI)**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2017**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Kompetensi Personal Trainer Best Fitness Plaza Medan Fair. Penelitian ini dilaksanakan dari Januari 2017 - Juni 2017 di *Best Fitness* Medan Fair.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Deskriptif dengan penyebaran angket berupa butir-butir Pernyataan sebagai instrumen untuk mendapatkan data hasil penelitian. Banyak populasi dalam penelitian ini adalah 10 orang dan sampel yang digunakan total sampling dari *personal trainer* di Plaza Medan Fair yang berjumlah 10 orang.

Hasil Penelitian Kompetensi *Personal Trainer Best Fitness Plaza Medan Fair*, memiliki kompetensi "Baik" untuk kategori sangat baik sebanyak 4 orang dengan Persentase 40,0 % , Kategori baik sebanyak 5 orang, dengan Persentase 50,0 % dan kategori Sedang sebanyak 1 Orang dengan Persentase 10,0 % , kategori rendah sebanyak 0 orang dan kategori Sangat Rendah sebanyak 0.

Kesimpulan dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *personal trainer* di Plaza Medan fair memiliki kompetensi yang baik, dan berturutannya persentase *membership* di club *Plaza Medan Fair* bukanlah karena kompetensi *personal trainer*nya yang rendah.

**Kata Kunci : , Kompetensi, *Personal Trainer*, *Best Fitness***

