

ABSTRAK

SAHAT FERNANDO M SITOMPUL, NIM 6113210026. HUBUNGAN STATUS GIZI TERHADAP KONDISI FISIK ATLET SSB TUNAS MUDA MEDAN TAHUN 2018. Skripsi, Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2018.

Pembimbing :Nurhamida Sari Siregar

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi terhadap kondisi fisik atlet SSB Tunas Muda.

Penelitian dilaksanakan di Sekolah Sepak Bola (SSB) Tunas Muda. Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet SSB Tunas Muda sebanyak 20 orang. Metode penelitian deskriptif analitik. Variabel penelitian adalah kondisi fisik yang meliputi kecepatan, kekuatan dan daya tahan (*VO2Max*) serta status gizi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa atlet dengan IMT berkategori normal dengan nilai paling rendah adalah 18,21 dan paling tinggi adalah 25,61 dengan rata-rata 21,37.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi terhadap kondisi fisik Atlet SSB Tunas Muda.

Kata kunci :Status Gizi, Kondisi Fisik, Atlet SSB.

THE
Character Building
UNIVERSITY