

ABSTRAK

Widya Putri. NIM 621221001 (2021). Profil Kondisi Fisik Atlet Hockey Outdoor Putri Sumatera Utara Dalam Persiapan PON XXI 2024 Aceh-Sumut.

(Pembimbing Skripsi: Puji Ratno)

Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNIMED 2024.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat kondisi fisik atlet Pelatda Jangka Panjang Sumatera Utara cabang olahraga *Hockey Outdoor* Putri dalam persiapan PON XXI 2024 Aceh-Sumut. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran dengan metode *survey*. Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet *Hockey Outdoor* Putri Sumatera Utara yang sedang melaksanakan Pelatda Jangka Panjang yang berjumlah 18 orang dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling.

Hasil tes dan pengukuran kondisi fisik atlet Hockey Outdoor Putri Sumatera Utara dalam Persiapan PON XXI 2024 Aceh-Sumut menunjukkan kategori sedang dengan jumlah rata-rata 46,28 dan rata-rata keseluruhan 3,30. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes kondisi fisik atlet dengan persentase pada kategori baik 1 orang (5,56%), kategori sedang 16 orang (88,89%) dan kategori kurang 1 orang (5,56%). Dari hasil tes dan pengukuran dapat disimpulkan bahwa tingkat kondisi fisik atlet *Hockey Outdoor* Putri Sumatera Utara dalam Persiapan PON XXI 2024 Aceh-Sumut dalam kategori sedang.

Kata Kunci: Profil, Kondisi Fisik, *Hockey Outdoor*

ABSTRACT

Widya Putri. NIM 621221001 (2021). Physical Condition Profile of North Sumatra Women's Outdoor Hockey Athletes in Preparation for PON XXI 2024 Aceh-Sumut.

(Thesis Supervisor: Puji Ratno)

Thesis: Faculty of Sports Science, UNIMED 2024.

This study aims to determine and describe the level of physical condition of North Sumatra Long-Term Pelatda athletes in the sport of Women's Outdoor Hockey in preparation for PON XXI 2024 Aceh-Sumut. This research is a quantitative descriptive study with data collection techniques using test and measurement techniques with survey methods. The population in this study were North Sumatra Women's Outdoor Hockey Athletes who were carrying out Long-Term Pelatda totaling 18 people and the sample in this study amounted to 18 people with the sampling technique, namely total sampling.

The results of tests and measurements of the physical condition of North Sumatra Women's Outdoor Hockey athletes in Preparation for PON XXI 2024 Aceh-Sumut show a moderate category with an average number of 46.28 and an overall average of 3.30. This can be seen from the results of the athlete's physical condition test with a percentage in the good category of 1 person (5.56%), moderate category 16 people (88.89%) and less category 1 person (5.56%). From the results of tests and measurements it can be concluded that the level of physical condition of North Sumatra Women's Outdoor Hockey athletes in Preparation for PON XXI 2024 Aceh-North Sumatra is in the moderate category.

Keywords: Profile, Physical Condition, Hockey Outdoor