

ABSTRAK

JEPRIANTO SINAGA. Profil Kondisi Fisik dan Antropometri Atlet Atletik Jarak Menengah PASI Kabupaten Karo Tahun 2012.

Pembimbing : M Yusuf

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2012.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kondisi Fisik Dan Antropometri Atlet Atletik Jarak Menengah PASI Kabupaten Karo Tahun 2012.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, dengan teknik tes dan pengukuran. Penelitian deskriptif merupakan metode yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya. Populasi dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet Atletik Jarak Menengah PASI Kabupaten Karo Tahun 2012 dengan jumlah sampel sebanyak 13 orang terdiri dari 8 atlet putra dan 5 atlet putri. Alat tes untuk mengukur kondisi fisik adalah dengan tes sesuai cabang atletik yang keseluruhan tesnya yaitu: lari 30 meter, lari 300 meter, loncat tiga kali, tes duduk pada tembok, *sit – up*, duduk berlunjur dan meraih, dan lari 15 menit. Dan untuk antropometri pengukurannya adalah tinggi badan, lebar bahu, lebar dada, pengerutan rongga dada dan lebar pinggul.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: untuk tes kondisi fisik kategori sedang terdapat 1 orang (7.70%), dan kategori kurang terdapat 10 orang (76.92%), kurang sekali terdapat 2 orang (15.38%) dan untuk antropometri kategori normal terdapat 3 orang (23.08%) dan tidak normal terdapat 10 orang (76.92%) maka dapat disimpulkan Kondisi Fisik Atlet Atletik Jarak Menengah PASI Kabupaten Karo Tahun 2012 masuk kedalam kategori kurang, dan untuk antropometri masuk kedalam kategori tidak normal.