

ABSTRAK

IMANUEL NDURU. Profil Kondisi Fisik Dan *Mood* Atlet Putra Unimed Hockey Club Persiapan 41st Pesta Hoki USM-Penang Internaional 3-7 Desember Tahun 2014.

(Dosen Pembimbing : IBRAHIM WIYAKA)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Medan 2014.

Pada saat ini olahraga *hockey* di Indonesia mengalami perkembangan dan kemajuan serta banyak digemari kalangan mahasiswa (perguruan tinggi) dan pelajar (sekolah). Salah satu universitas perguruan tinggi yang mengikuti perkembangan dan kemajuan olahraga *hockey* di Indonesia adalah Universitas Negeri Medan yang memiliki manajemen pembinaan atlet *hockey* usia dini, pelajar dan mahasiswa dengan pusat latihan di lapangan *Hockey* Universitas Negeri Medan. Dengan fokus pembinaan dikondisi fisik dan kondisi psikologis atlet. Pada prinsipnya untuk mencapai tujuan optimal kita harus mengetahui seperti apa profil kondisi fisik dan *mood* atlet juara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana profil kondisi fisik dan *mood* atlet putra Unimed *Hockey Club* Persiapan 41st Pesta Hoki USM-Penang Internaional 3-7 Desember Tahun 2014. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi acuan bagi atlet, pelatih, dan *club-club hockey* yang di Medan maupun daerah lain yang juga ingin melahirkan atlet-atlet *hockey* yang berprestasi.

Dalam penelitian ini menggunakan metode deskripsi yaitu dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran serta penyebaran angket atau kuesioner dalam menggunakan pengumpulan data penelitian untuk pemecahan masalah. Adapun jumlah sampel sebanyak 12 orang yang dipersiapkan untuk mengikuti kejuaraan 41st Pesta Hoki USM-Penang Iternasional 3-7 Desember Tahun 2014. Dengan menggunakan tes kondisi fisik dan angket dapat diketahui Profil Kondisi Fisik dan *Mood* Atlet Putra Unimed *Hockey Club* Persiapan 41st Pesta Hoki USM-Penang Iternasional 3-7 Desember Tahun 2014 secara keseluruhan berada dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata 2.95, dan untuk keadaan *mood* atlet putra Unimed *Hockey Club* sebesar 35.99% berada dalam kategori rendah.

Untuk komponen fisik kecepatan nilai rata-rata 2.92 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik daya ledak otot tungkai nilai rata-rata 2.83 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik kekuatan otot lengan nilai rata-rata 2.83 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik daya tahan otot perut nilai rata-rata 2.83 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik daya tahan anaerobik nilai rata-rata 2.83 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik kelincahan nilai rata-rata 3.08 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik kelentukan nilai rata-rata 3.25 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik daya tahan aerobik nilai rata-rata 2.80 dengan kategori sedang. Untuk keadaan *mood* kelelahan sebesar 9.52% dengan kategori sangat rendah. Untuk keadaan *mood* suasana amarah sebesar 28.09%

dengan kategori rendah. Untuk keadaan *mood* perasaan siap sebesar 55.95% dengan kategori agak rendah. Untuk keadaan *mood* ketegangan sebesar 31.67% dengan kategori agak rendah. Untuk keadaan *mood* penilaian diri sebesar 61.91% dengan kategori cukup. Untuk keadaan *mood* suasana bingung sebesar 27.62% dengan kategori rendah. Untuk keadaan *mood* depresi sebesar 19.76% dengan kategori rendah.

Berdasarkan hasil analisis pada deskripsi data penelitian dengan cara tes pengukuran dan penyebaran angket, maka dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik atlet putra Unimed *Hockey Club* Persiapan 41st Pesta Hoki USM-Penang *International* 3-7 Desember Tahun 2014 dalam kategori sedang. Keadaan *mood* atlet putra Unimed *Hockey Club* Persiapan 41st Pesta Hoki USM-Penang *International* 3-7 Desember Tahun 2014 dalam kategori rendah.

