

## ABSTRAK

**NOFRENDI SIPAYUNG. Profil Kondisi Fisik Dan Teknik Pada Atlet Putri Tim *Hockey* Lapangan Sumatera Utara Pelatda Pra Pekan Olahraga Nasional XIX 2015.**

**(Dosen Pembimbing : DEWI ENDRIANI)**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Medan 2016.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana profil kondisi fisik dan Teknik Pada Tim putri *Hockey* Lapangan Sumatera Utara Pelatda Pra Pekan Olahraga Nasional XIX 2016 di Jawa Barat.

Dalam penelitian ini menggunakan metode deskripsi yaitu dengan meneliti tes kondisi fisik dan teknik untuk tim putri, kemudian dengan adanya hasil yang di dapat jadi lebih bagus. Maka hasil tersebut dapat diperbaiki untuk kemajuan dan peningkatan prestasi di pekan olahraga nasional 2016 jawa barat nantinya. Adapun jumlah sampel sebanyak 16 orang yang dipersiapkan untuk mengikuti kejuaraan Pra Pekan Olahraga Nasional. Dengan menggunakan tes kondisi fisik dan teknik yang dapat diketahui profil kondisi fisik dan teknik, secara keseluruhan berada dalam kategori kurang.

Untuk komponen fisik kecepatan nilai rata-rata 2,56 dengan kategori kurang. Untuk komponen kondisi fisik daya ledak otot tungkai nilai rata-rata 2.18 dengan kategori kurang. Untuk komponen kondisi fisik kekuatan otot lengan nilai rata-rata 2.06 dengan kategori kurang. Untuk komponen kondisi fisik daya tahan otot perut nilai rata-rata 2.18 dengan kategori kurang. Untuk komponen kondisi fisik daya tahan anaerobik nilai rata-rata 3,25 dengan kategori kurang. Untuk komponen kondisi fisik kelincahan nilai rata-rata 1,81 dengan kategori kurang. Untuk komponen kondisi fisik kelentukan nilai rata-rata 2,31 dengan kategori sedang. Untuk komponen kondisi fisik daya tahan aerobik nilai rata-rata 3,25 dengan kategori sedang.

Untuk komponen tes teknik dapat disimpulkan bahwa *tes dribble* dengan nilai rata-rata 2.94 dengan kategori sedang. Untuk komponen *tes shooting* nilai rata-rata 3 dengan kategori sedang. Untuk komponen *tes push* nilai rata-rata 2.88 dengan kategori sedang. Untuk komponen *tes flick 1* nilai rata-rata 3.06 dengan kategori sedang. Untuk komponen *tes flick 2* nilai rata-rata 2,88 dengan kategori sedang. Untuk komponen *tes Reversh Push* nilai rata-rata 2,75 dengan kategori sedang. Untuk komponen *dribble 2 tes pertama*, nilai rata-rata 2,81 dengan kategori sedang. Untuk komponen *dribble 2 tes pertama*, nilai rata-rata 2,81 dengan kategori sedang. Untuk komponen *dribble 2 tes kedua*, nilai rata-rata 3,06 dengan kategori sedang. Berdasarkan hasil analisis pada deskripsi data penelitian dengan tes kondisi fisik pada atlet putri tim *Hockey* lapangan Sumatera utara pelatda Pra Pekan Olahraga Nasional XIX 2016 dalam kategori kurang. Dan tes teknik pada atlet putri tim *Hockey* lapangan Sumatera Utara pelatda Pra Pekan Olahraga Nasional XIX 2016 dalam kategori sedang.