ABSTRAK

MUHAMMAD AFIF ABROR LUBIS, NIM : 6193510013 : Tinjauan Kondisi Fisik Pada Atlet *Cricket* Pasca Pekan Olahraga Nasional XXI Tahun 2025. (Pembimbing Skripsi : ROSMAINI HASIBUAN) Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2025

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik atlet *cricket* Pasca Pekan Olahraga Nasional 2025. Lokasi penelitian ini berada di Jl. Williem Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 2021. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet *cricket* di UNIMED yang berjumlah 28 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah 10 orang.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif dengan teknik tes dan pengukuran. Tes yang digunakan adalah tes kondisi fisik untuk atlet *cricket*. Hasil penelitian ini menunjukkan dari kesembilan komponen kondisi fisik yang diteliti yaitu : reaksi, kekuatan, daya tahan, kelincahan, kelentukan, dan daya ledak.

Setelah dilakukan penelitian melalui tes pengukuran kondisi fisik atlet *cricket* Pasca Pekan Olahraga Nasional 2025, maka di peroleh hasil rata-rata dari 9 komponen kondisi fisik berada dalam kategori sedang. Dapat disimpulkan bahwa: Tinjauan Kondisi Fisik atlet *cricket* Pasca Pekan Olahraga Nasional 2025 berada dalam kategori sedang. Jadi besar kemungkinan untuk dapat meraih prestasi yang lebih baik lagi apabila kondisi fisiknya belum mencapai batas kategori Baik dalam ketentuan idealnya seorang atlet *cricket* yang berprestasi.

Kata Kunci: Tinjauan, kondisi fisik, *cricket*

THE Character Building UNIVERSITY

ABSTRACT

MUHAMMAD AFIF ABROR LUBIS, NIM: 6193510013: Review of Physical Condition of Cricket Athletes after the XXI National Sports Week in 2025. (Thesis Supervisor: ROSMAINI HASIBUAN) Thesis: Faculty of Sports Science, UNIMED 2025

This study aims to determine the physical condition of cricket athletes post-2025 National Sports Week. The location of this study is Jl. Williem Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Percut Sei Tuan District, Deli Serdang Regency, North Sumatra 2021. This study was conducted in June 2025. The population in this study was 28 cricket athletes at UNIMED. The sample size was 10 individuals.

The research method used was descriptive research using testing and measurement techniques. The test used was a physical condition test for cricket athletes. The results of this study indicate that the nine components of physical condition studied were: reaction time, strength, endurance, agility, flexibility, and explosive power.

After conducting the physical condition measurement test for cricket athletes after the 2025 National Sports Week, the average results for the nine physical condition components were in the moderate category. It can be concluded that: The physical condition of cricket athletes after the 2025 National Sports Week is in the moderate category. Therefore, there is a high possibility of achieving even better results if their physical condition has not yet reached the Good category, which is the ideal requirement for an accomplished cricket athlete.

Keywords: Review, physical condition, cricket

THE Character Building UNIVERSITY