

ABSTRAK

Achmad Kiromi 2018. *Analisis Kondisi Fisik Atlet Puslacab Muaythai Surabaya Disaat Masa Pandemi.* Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing (1) Drs. Ismawandi BP.,M.Pd. (2) Moh. Hanafi, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Kondisi Fisik, Puslacab Muaythai Surabaya, Pandemi

Akhir tahun 2019 tepatnya pada bulan desember, dunia dihebohkan dengan sebuah kejadian yang membuat banyak masyarakat resah yaitu dikenal dengan virus corona Kondisi fisik merupakan kebutuhan yang paling dasar dalam olahraga, Berdasarkan rumusan masalah penelitian di atas, maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tentang seberapa besar nilai kondisi fisik atlet puslacab muaythai Surabaya disaat masa pandemi.

Jenis dan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan metode kuantitatif melalui nilai tes kondisi fisik yang kemudian dikonversikan berdasarkan kategori dalam norma yang ditetapkan.

Dari hasil tes sit up menggambarkan mayoritas kekuatan otot perut atlet puslacab muaythai surabaya disaat masa pandemi adalah sangat baik. Dari hasil push-up menggambarkan mayoritas kekuatan otot lengan atlet puslacab muaythai surabaya disaat masa pandemi adalah kurang. Dari hasil tes MFT menggambarkan mayoritas daya tahan atlet puslacab muaythai surabaya disaat masa pandemi adalah sangat baik

Rata-rata kekuatan otot perut atlet putra puslacab muaythai Surabaya sebesar 39,8 dan masuk kategori “baik”, Rata-rata kekuatan otot perut atlet putri puslacab muaythai Surabaya sebesar 39 dan masuk kategori “baik sekali”, Rata-rata kekuatan otot lengan atlet putra puslacab muaythai

Surabaya sebesar 38,6 dan masuk kategori “sedang”, Rata-rata kekuatan otot lengan atlet putri puslacab muaythai Surabaya sebesar 28 dan masuk kategori “kurang”, Rata-rata daya tahan atlet putra puslacab muaythai Surabaya sebesar 51,46 dan masuk kategori “sangat baik”, Rata-rata daya tahan atlet putra puslacab muaythai Surabaya sebesar 51,46 dan masuk kategori “sangat baik”, Rata-rata daya tahan atlet putri puslacab muaythai Surabaya sebesar 41,60 dan masuk kategori “sangat baik”

ABSTRACT

Achmad Kiromi 2018. *Analysis of the Physical Condition of the Athletes of the Surabaya Muaythai Puslacab During the Pandemic Period.* Essay. Physical Education Study Program. PGRI Adi Buana University, Surabaya. Supervisor (1) Drs. Ismawandi BP., M.Pd. (2) Moh. Hanafi, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Physical Condition, Puslacab Muaythai Surabaya, Pandemic

At the end of 2019, precisely in December, the world was shocked by an incident that made many people restless, known as the corona virus. Physical conditions are the most basic needs in sports. the value of the physical condition of the athletes of the Surabaya muaythai puslacab during the pandemic.

This type and research uses quantitative methods. The data collected will be analyzed using quantitative methods through physical condition test scores which are then converted based on categories in the established norms.

From the results of the sit up test, the majority of the abdominal muscle strength of the athletes at the Puslacab Muaythai Surabaya during the pandemic was very good. From the results of push-ups, it shows that the majority of the arm muscle strength of the athletes at the Puslacab Muaythai Surabaya during the pandemic is lacking. From the results of the MFT test, the majority of the endurance of the athletes at the Muaythai puslacab in Surabaya during the pandemic period was very good.

The average abdominal muscle strength of the male athletes at the muaythai puslacab Surabaya was 39.8 and entered the "good" category, the average abdominal muscle strength for the female athletes at the muaythai puslacab Surabaya was 39 and entered the "excellent" category Puslacab muaythai Surabaya men are 38.6 and are in the "moderate" category, The average arm muscle strength of female athletes at the Muaythai Puslacab Surabaya is 28 and is in the "less" category, The average endurance

of male athletes at the Muaythai Puslacab Surabaya is 51.46 and entered the "very good" category, the average endurance of the male athletes of the Surabaya muaythai puslacab was 51.46 and entered the "very good" category, the average endurance of the female athletes of the Surabaya muaythai puslacab was 41.60 and entered the "very good" category