

ABSTRAK

RIDA ANISA LENIA. 2022. **Analisis Tingkat Kondisi Fisik Atlet *Softball* Kota Tasikmalaya Menuju Porprov 2022**. Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi. Kota Tasikmalaya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet *softball* Kota Tasikmalaya menuju Porprov 2022. Metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan survei. Populasi penelitian ini adalah atlet *softball* Kota Tasikmalaya yang berjumlah 29 orang dan semua populasi dijadikan sampel. Dalam *softball* kondisi fisik adalah salah satu persyaratan yang diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi atlet, bahkan dapat dikatakan sebagai keperluan dasar yang tidak dapat ditunda. Kondisi fisik yang akan diteliti adalah daya tahan, kekuatan, kecepatan, power, kelincahan, dan fleksibilitas. Berdasarkan hasil penelitian dan hipotesis dengan menggunakan tes kondisi fisik, penulis dapat menyimpulkan hasil penelitian sebagai berikut: tingkat kondisi fisik atlet *softball* Kota Tasikmalaya berkategori baik dengan rata-rata 58,3 sesuai dengan norma nilai kategori status kondisi fisik, begitu pula dengan hasil persentase yang menunjukkan pada klasifikasi baik sebanyak 83%. Hal ini berarti Tingkat Kondisi Fisik Atlet *Softball* Kota Tasikmalaya menunjukkan kategori baik.

Kata Kunci: Kondisi Fisik, *Softball*

ABSTRACT

RIDA ANISA LENIA. 2022. *Analysis of the Physical Condition of Tasikmalaya City Softball Athletes Towards Porprov 2022*. Department of Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University. Tasikmalaya City.

The purpose of this study was to determine the level of physical condition of softball athletes in Tasikmalaya City, towards Porprov 2022. A methodology for descriptive quantitative research with a survey approach The population of this study is the city's softball athletes, Tasikmalaya, which amounted to 29 people, and all populations were sampled. In softball, physical condition is one of the requirements needed in business. improvement in athletes' achievement; it can even be considered a basic need that is not met. It can be postponed. The physical conditions to be studied are endurance, strength, speed, power, agility, and flexibility. Based on the results of research and The author can conclude the results by using a physical condition test. The research is as follows: The level of physical condition of softball athletes in Tasikmalaya City is in the good category with an average of 58.3 according to the norm of the value of the status category. physical condition, as well as the percentage of results demonstrating the classification, a whopping 83%. This means the softball athlete's physical condition level shows a good category.

Keywords: physical condition, softball.

Keywords: Physical Condition, Softball