

ABSTRAK
PROFIL DAN PENYUSUNAN NORMA KONDISI FISIK
PESERTA PENDIDIKAN LATIHAN DASAR PENCINTA ALAM

Pembimbing : Drs. H. Dede Rohmat Nurjaya, M.Pd
Miftachul Chamim*
2017

Pendidikan dan latihan dasar pencinta alam adalah kegiatan di alam bebas yang memiliki resiko bahaya yang cukup tinggi. Pada dasarnya sudah banyak organisasi pencinta alam menyadari pentingnya kondisi fisik demi mendukung kegiatan tersebut tetapi mereka terbatas dengan keilmuan dan informasi tentang kondisi fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dan patokan kondisi fisik peserta pendidikan dan latihan dasar pencinta alam mahasiswa olahraga dan non mahasiswa olahraga. Untuk dapat menjawab permasalahan penelitian tersebut, maka dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif. Penelitian ini menggunakan tes komponen fisik yaitu dengan cara pengetesan terhadap 64 orang peserta pendidikan dan latihan dasar pencinta alam mahasiswa olahraga dan non mahasiswa olahraga baik yang laki laki ataupun perempuan. Secara umum dapat berdasarkan uraian yang telah dikemukakan serta hasil pengolahan data dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian ini bahwa komponen fisik dari *hand dynamometer* memperoleh hasil cukup. Komponen fisik dari *back dynamometer* memperoleh hasil cukup dan baik. Komponen fisik dari *leg dynamometer* memperoleh hasil kurang, dan cukup. Komponen fisik dari *flexometer* baik sekali, dan baik. Komponen fisik dari *push up* memperoleh hasil sempurna, dan baik sekali. Komponen fisik dari *squat jump* memperoleh hasil baik. Komponen fisik dari *back lifts* memperoleh hasil sempurna, dan baik sekali. Komponen fisik dari *balke* memperoleh hasil kurang. Selanjutnya dari data yang di peroleh dapat disusun norma dengan 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang.

***Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Angkatan 2012**

ABSTRAK
PROFIL DAN PENYUSUNAN NORMA KONDISI FISIK
PESERTA PENDIDIKAN LATIHAN DASAR PENCINTA ALAM

Pembimbing : Drs. H. Dede Rohmat Nurjaya, M.Pd
Miftachul Chamim*
2017

Pendidikan dan latihan dasar pencinta alam adalah kegiatan di alam bebas yang memiliki resiko bahaya yang cukup tinggi. Pada dasarnya sudah banyak organisasi pencinta alam menyadari pentingnya kondisi fisik demi mendukung kegiatan tersebut tetapi mereka terbatas dengan keilmuan dan informasi tentang kondisi fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dan patokan kondisi fisik peserta pendidikan dan latihan dasar pencinta alam mahasiswa olahraga dan non mahasiswa olahraga. Untuk dapat menjawab permasalahan penelitian tersebut, maka dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif. Penelitian ini menggunakan tes komponen fisik yaitu dengan cara pengetesan terhadap 64 orang peserta pendidikan dan latihan dasar pencinta alam mahasiswa olahraga dan non mahasiswa olahraga baik yang laki laki ataupun perempuan. Secara umum dapat berdasarkan uraian yang telah dikemukakan serta hasil pengolahan data dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian ini bahwa komponen fisik dari *hand dynamometer* memperoleh hasil cukup. Komponen fisik dari *back dynamometer* memperoleh hasil cukup dan baik. Komponen fisik dari *leg dynamometer* memperoleh hasil kurang, dan cukup. Komponen fisik dari *flexometer* baik sekali, dan baik. Komponen fisik dari *push up* memperoleh hasil sempurna, dan baik sekali. Komponen fisik dari *squat jump* memperoleh hasil baik. Komponen fisik dari *back lifts* memperoleh hasil sempurna, dan baik sekali. Komponen fisik dari *balke* memperoleh hasil kurang. Selanjutnya dari data yang di peroleh dapat disusun norma dengan 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang.

v

Miftachul Chamim, 2017

**PROFIL DAN PENYUSUNAN NORMA KONDISI FISIK PESERTA PENDIDIKAN
LATIHAN DASAR PENCINTA ALAM**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

***Mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga
Angkatan 2012**

v

Miftachul Chamim, 2017

*PROFIL DAN PENYUSUNAN NORMA KONDISI FISIK PESERTA PENDIDIKAN
LATIHAN DASAR PENCINTA ALAM*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu