

# Perbandingan Kemampuan Fisik Dasar Atlet Angkat Besi Daerah Dan Atlet Angkat Besi Nasional Di Kalimantan Selatan

Desy<sup>ABCDE</sup>

Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin

*Authors' Contribution: A – Study design; B – Data collection; C – Statistical analysis; D – Manuscript Preparation; E – Funds Collection*

[dessy9944@gmail.com](mailto:dessy9944@gmail.com)

## ABSTRAK

Proses pelaksanaan penelitian ini, dimulai dari pengajuan proposal, seminar, pengurusan perizinan, pengambilan data kondisi fisik sampai pada perhitungan statistik menggunakan microsoft excel dalam menganalisis data. Setelah dilaksanakan pengambilan data kondisi fisik atlet angkat besi melalui instrumen Tes Kondisi fisik dapat diperoleh data atlet angkat besi daerah dan nasional. Selanjutnya dilakukan uji persyaratan analisis dengan menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas. Setelah pengujian persyaratan dipenuhi, maka dilaksanakan pengujian hipotesis penelitian dengan melakukan uji dua rata-rata atau uji dua pihak dengan membandingkan nilai t yang diperoleh dari perhitungan dengan nilai t pada tabel. Hasil yang diperoleh t tabel dan t hitung adalah  $-1,27 < 1,93 < 9,55$  pada tarap nyata 0,05 sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan antara tingkat kelentukan dan kelencihan atlet angkat besi daerah dan nasional.

**Kata Kunci:** perbandingan<sup>1</sup>, kemampuan fisik<sup>2</sup>, atlet angkat besi<sup>3</sup>,

## ABSTRACT

The process of carrying out this research, starting from submitting proposals, and seminars, obtaining permits, and taking physical condition data to statistical calculations using Microsoft Excel in analyzing data. After collecting data on the physical condition of weight lifters through the Physical Condition Test instrument, regional and national data on weight lifters can be obtained. Then the analysis requirements test was carried out using the normality test and homogeneity test. After testing the requirements are met, then testing the research hypothesis is carried out by conducting a two-way test or two-party test by comparing the t-value obtained from the calculation with the t-value in the table. The results obtained by the t table and t count are  $-1.27 < 1.93 < 9.55$  at a significant level of 0.05 so it can be concluded that there is a difference between the level of flexibility and agility of regional and national weight lifters.

**Keywords:** comparison<sup>1</sup>, physical abilitie<sup>2</sup>, weight lifter<sup>3</sup>,

- Edwarsyah, F. U., Syampurma, H., & Yulifri, F. U. (2018). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Hasil Teknik Angkatan Snatch Atlet Angkat Besi Di Sasana Hbt (Himpunan Bersatu Teguh) Padang. *Jurnal MensSana*, 3(2), 8- 15.
- Fenanlampir, A., & Faruq, M. M. (2015). Tes dan pengukuran dalam olahraga. Penerbit Andi.
- Hardiansyah, S. (2018). Analisis Kemampuan Kondisi Fisik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Menssana*, 3(1), 117- 123.
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini. Kajian Para Pakar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Hidayat, Syarif. (2014). *Pelatihan Olahraga Teori dan Metodologi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1–12
- Kurniawan, C. (2015). Prestasi Olahraga Angkat Besi Ditinjau Dari Kondisi Fisik, Motivasi Berprestasi, dan Kecemasan (Studi Analisis Korelasi Di Padepokan Angkat Besi dan Angkat Berat Gajah Lampung) (Doctoral dissertation, UNS (Sebelas Maret University)).
- Maulana, D., & Deswandi. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola Arema Kayu Jao Kabupaten Solok. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2(8), 1–6
- Mujiatun. (2010). *Olahraga Angkat Besi*. Aneka Ilmu.
- Prayoga, H. D., Fitrianto, A. T., & Habibie, M. (2020). Perbandingan Kemampuan Fisik Dasar Petinju Nasional Dengan Petinju Daerah. *Jurnal Porkes*, 3(2), 149-158.
- Prof. Dr. Sugiyono. (2015). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF DAN R & D*. Bandung : Alfabet.
- Ramadhan, Arifin (2017) Pengaruh Latihan Daya Tahan (Endurance) Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepakbola. *Jurnal Multilateral: Pendidikan Jasmani dan Olahraga* Volume 16 No. 2 Desember 2017
- REZKY, A. (2019). Latihan Beban Dengan Sistem Set Berpengaruh terhadap Kemampuan Angkatan Snatch Angkat Besi. *Jurnal Patriot*, 1(3), 866-875.
- Rizky Ade (2018) Latihan Beban Dengan Sistem Set Berpengaruh terhadap Kemampuan Angkatan Snatch Angkat Besi. *Jurnal Ilmiah Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang*
- Saputra, M. A., & Asmi, A. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Gulat Kabupaten Solok. *Jurnal JPDO*, 2(3), 6-8.
- Sukendro, M. K., AIFO, D., Sukendro, M. K., Mardian, R., & Mardian, R. (2020). Pengaruh Power Otot Lengan dan Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Angkatan Clean and Jerk Atlet Junior Angkat Besi Jambi (Doctoral dissertation, Universitas Jambi).
- Sepdanius, E. (2019). Tes dan Pengukur Olahraga (Vol. 4, Issue 1).
- Wiriawan, O. (2017). *Pelaksanaan Tes & Pengukuran*.