

KONDISI FISIK, PRESTASI DAN LIFESKILL SISWA SELABORA FIKK UNY (STUDI PERBANDINGAN ANTAR CABANG OLAHRAGA)

Oleh: SULISTIYONO, DKK

ABSTRAK

KONDISI FISIK, PRESTASI DAN LIFESKILL
SISWA SELABORA FIKK UNY
(STUDI PERBANDINGAN ANTAR CABANG OLAHRAGA)

ABSTRAK

Prestasi atlet merupakan sebuah hasil dari sebuah proses latihan dan pembinaan yang dilakukan secara berjenjang, terus-menerus, dan meningkat secara progresif. Atlet usia muda merupakan sebuah tahapan yang dilalui seseorang yang memiliki motivasi tinggi menjadi atlet profesional, perkembangan kondisi fisik sebagai salah satu indikator kemajuan latihan sangat perlu di monitor atau dievaluasi, namun ada satu hal penting yang dapat diambil manfaatnya dalam interaksi pelatihan olahraga yaitu *life skill*. Pembinaan atlet sejak usia masih muda telah dilakukan diantara dengan memberikan layanan khusus melalui sekolah laboratorium olahraga FIKK UNY, namun konsep pengembangan prestasi olahraga, *life skill* dan prestasi akademik yang seharusnya berjalan beriringan belum optimal. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan komparasi kondisi fisik, prestasi dan *lifeskill* antara atlet atau siswa namun berbeda cabang olahraga. Metode yang digunakan adalah studi komparasi dengan teknik pengumpulan data menggunakan pengukuran kondisi fisik secara umum dan lembar pengamatan *lifeskill* oleh para pelatih yang terlibat dalam pembinaan. Populasi penelitian adalah siswa sekolah laboratorium olahraga FIKK UNY. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi fisik untuk beberapa komponen terjadi perbedaan yang signifikan antara cabang olahraga. Komponen *lifeskill* antara cabang tidak terjadi perbedaan yang sangat signifikan, namun yang menarik adalah cabang panahan secara general lebih baik dibandingkan cabang olahraga permainan. Prestasi antar cabang olahraga maksimal adalah juara di tingkat provinsi.

Kata Kunci: KATA KUNCI: kondisi fisik, *lifeskill*, selabora, pembinaan olahraga