

PENGEMBANGAN SISTEM TES DAN PENGUKURAN KONDISI FISIK

Oleh: Abdul Alim, Tomoliyus, Endang Rini Sukmati, Fauzi

ABSTRAK

Keberhasilan seorang pelatih dalam mengembangkan potensi yang dimiliki oleh atletnya tidak hanya sekedar mampu melaksanakan pelatihan saja, tetapi yang lebih penting adalah seorang pelatih harus mampu membuat perencanaan pelatihan sesuai dengan kondisi atlet, waktu yang tersedia, fasilitas yang dimiliki serta target yang harus dicapai. Tingkat pengetahuan pelatih terhadap kondisi fisik atletnya sangat diperlukan. tujuan: Mengembangkan sistem Tes dan pengukuran Kondisi Fisik. Design/methodology/approach: Penelitian ini menggunakan penelitian Research and Development. Responden penelitian ini adalah ahli tes dan pengukuran, ahli media, dan pelatih. Result: Hasil penelitian menunjukkan sistem yang dikembangkan valid dan membantu pelatih dalam proses pendataan tes dan pengukuran kondisi fisik atlet

Kata Kunci: *Pengembangan, Sistem, Tes dan pengukuran, kondisi fisik*