**SURVEI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI (*VO2maks*) PEMAIN CLUB PERSATUAN BULU TANGKIS SE KECAMATAN LAIS KABUPATEN MUSI BANYUASIN**

**M. RULI NANDA**

**2020151093**

**Abstrak**

 Observasi awal ditemukan masalah kebugaran yang berakibat pada buruknya penampilan pemain club persatuan bulu tangkis se Kecamatan Lais Kabupaten Musi Banyuasin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kebugaran (*VO2maks*) pemain club persatuan bulu tangkis se Kecamatan Lais Kabupaten Musi Banyuasin. Metode yang digunakan dalam pendekatan penelitian adalah metode survei. Instrumen tes menggunakan tes multitahap (bleep test). Analisis data menggunakan analisis persentase. Hasil tes di PB Lais Jaya diterangkan bahwa dua orang pemain memiliki *VO2maks* kriteria rendah, 7 orang pemain memiliki memiliki *VO2maks* kriteria sedang, 3 orang pemain memiliki *VO2maks* kriteria cukup baik dan tidak pemain yang memiliki kriteria *VO2maks* bagus dan tinggi. Sementara pada PB Mitra Ernest diterangkan bahwa 1 orang pemain memiliki *VO2maks* kriteria rendah, 1 orang pemain memiliki memiliki *VO2maks* kriteria sedang, 3 orang pemain memiliki *VO2maks* kriteria cukup baik, 1 orang pemain memiliki kriteria bagus dan tidak pemain yang memiliki kriteria *VO2maks* bagus dan tinggi. Hasil kebugaran seluruh pemain bulu tangkis se Kecamatan Lais dapat diklasifikan memiliki tingkat kebugaran yang sedang karena berdasarkan hasil tes dapat diketahui rata-rata *VO2maks* atlet berada pada interval 25-33% di level 31 sedangkan nilai kebugaran (*VO2maks*) paling kecil adalah 22,5 dengan kriteria rendah, nilai kebugaran (*VO2maks*) tertinggi adalah 43,6 dengan kriteria bagus.

***Kata Kunci. Kebugaran Jasmani VO2maks***