

**SURVEI INDEKS MASSA TUBUH DAN DAYA TAHAN  
KARDIOVASKULAR PADA ATLET BULUTANGKIS PB. BULLBADM  
TAHUN 2024**

**Oleh**

**Erick Lawrenz Wattimena, NIM 2116041011**

**Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Indeks Massa Tubuh dan kemampuan Daya Tahan Kardiovaskular Atlet Bulutangkis PB. Bullbadm Tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode survei dengan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran, teknik analisis data yaitu deskriptif presentase. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Hasil penelitian menunjukkan Indeks Massa Tubuh atlet bulutangkis PB. Bullbadm yaitu, kurus tingkat berat berjumlah 4 orang (20%), kurus tingkat ringan 7 orang (35%), Normal atau Ideal 5 orang (25%) dan gemuk tingkat ringan 4 orang (20%). Dan untuk daya tahan kardiovaskular, 11 orang atlet laki-laki kurang sekali (55%), kurang 6 orang (30%) dan cukup 1 orang (5%). Selanjutnya untuk atlet perempuan kurang sekali 1 orang (5%), dan cukup 1 orang (5%). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Indeks Massa Tubuh atlet bulutangkis PB. Bullbadm berada pada kategori kurus tingkat ringan, dan Daya Tahan Kardiovaskular berada pada kategori kurang sekali. Maka dapat disimpulkan bahwa atlet bulutangkis PB. Bullbadm pada variabel indeks massa tubuh dan daya tahan kardiovaskular belum mencapai standar kategori ideal maupun baik dari kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, disarankan kepada pelatih untuk dapat menerapkan bentuk-bentuk latihan yang dapat mengarah pada peningkatan daya tahan kardiovaskular. Dan untuk atlet, diharapkan dapat melibatkan peran orang tua dalam memperhatikan pemenuhan status kebutuhan gizi.

**Kata kunci:** Indeks Massa Tubuh, Daya Tahan Kardiovaskular

**SURVEY OF BODY MASS INDEX AND CARDIOVASCULAR  
ENDURANCE IN PB BADMINTON ATHLETES BULLBADM IN 2024**

**By**

**Erick Lawrenz Wattimena, NIM 2116041011**

**Sports Coaching Education Study Program**

**ABSTRACT**

This research aims to determine the Body Mass Index and Cardiovascular Endurance abilities of PB.Bullbadm Badminton Athletes in 2024. This type of research is quantitative descriptive research. The method used in this research is a survey method with data collection using tests and measurements, the data analysis technique is descriptive percentages. The subjects in this research were 20 people. The results showed that the Body Mass Index of PB badminton athletes. Bullbadm, namely, 4 people at a heavy level of thinness (20%), 7 people at a light level of thinness (35%), 5 people at a normal or ideal level and 4 people at a mild level of obesity (20%). And for cardiovascular endurance, 11 male athletes had very little (55%), 6 less (30%) and 1 person (5%). Furthermore, for female athletes it is less than 1 person (5%), and just 1 person (5%). From the results of this study it can be concluded that the Body Mass Index of PB badminton athletes. Bullbadm is in the mild level of underweight category, and Cardiovascular Endurance is in the very poor category. So it can be concluded that PB badminton athletes. Bullbadm in the variables of body mass index and cardiovascular endurance have not reached the ideal or good category standards for these two variables. Therefore, it is recommended for trainers to be able to implement forms of exercise that can lead to increased cardiovascular endurance. And for athletes, it is hoped that the role of parents can be involved in paying attention to meeting nutritional needs.

**Keywords:** Body Mass Index, Cardiovascular Endurance