

## **ABSTRAK**

**GITA ADELA SRI RAHAYU 2022. Studi Tingkat Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Atlet Bola Basket.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini yaitu bagaimana studi tingkat daya tahan kardiovaskuler yang dimiliki oleh atlet PORPROV Bola Basket Putri Kota Tasikmalaya Tahun 2022. Tujuan dari penelitian yaitu untuk mengetahui tingkat daya tahan kardiovaskuler yang dimiliki oleh atlet PORPROV Bola Basket Putri Kota Tasikmalaya Tahun 2022. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif survey dengan menggunakan tes dan pengukuran yaitu tes lari multi tahap. Populasi dari penelitian ini adalah Atlet PORPROV Bola Basket Putri Kota Tasikmalaya Tahun 2022 dan Teknik Sampling yang digunakan yaitu Sampling Jenuh. Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan data maka diketahui tingkat daya tahan kardiovaskuler yang dimiliki oleh atlet PORPROV Bola Basket Putri Kota Tasikmalaya Tahun 2022 termasuk ke dalam kategori sangat tinggi, dengan persentase 4 orang 29% termasuk ke dalam kategori superior, 6 orang 43% termasuk ke dalam kategori sangat tinggi, 2 orang 14% termasuk ke dalam kategori tinggi, 2 orang 14% termasuk ke dalam kategori sedang.

**Kata Kunci : Daya Tahan Kardiovaskuler, Bola Basket**

## **ABSTRACT**

**GITA ADELA SRI RAHAYU 2022. Study of Cardiovascular Endurance Levels in Basketball Athletes. Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.**

*The problem raised in this research is how to study the level of cardiovascular endurance possessed by PORPROV Women's Basketball athletes in the City of Tasikmalaya in 2022. The purpose of the study is to determine the level of cardiovascular endurance possessed by PORPROV Women's Basketball athletes in Tasikmalaya City in 2022. Methods The method used in this study is a descriptive quantitative survey method using tests and measurements, namely the multi-stage running test. The population of this research is PORPROV Women's Basketball Athletes in Tasikmalaya City in 2022 and the sampling technique used is Saturated Sampling. Based on the results of the study, processing data, it is known that the level of cardiovascular endurance possessed by the PORPROV Women's Basketball athlete in the City of Tasikmalaya in 2022 is in the very high category, with a percentage of 4 people 29% belonging to the superior category, 6 people 43% belonging to the category very high, 2 people 14% are in the high category, 2 people 14% are in the medium category.*

**Keywords : Cardiovascular endurance, Basketball**