Kesanggupan badan: suatu penyelidikan faal dengan perhatian khusus terhadap penggunaan tes naik-turun bangku

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=96020&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Kesanggupan badan atau physical fitness bukanlah sesuatu yang baru; hal tersebut selalu merupakan pokok pemeriksaan kegiatan badan. Kepentingan daripada pemeriksaan kesanggupan badan sangat luas. Seorang olahragawan, seorang pelatih, seorang pengajar gerak badan, seorang doctor, seorang pemimpin perusahaan dan lain sebagainya, semuanya berkepentingan dalam pemeriksaan kesanggupan badan. Seorang olahragawan dan pelatihnya ingin mengetahui kemajuan latihan yang sedang dilakukan. Seorang dokter berkepentingan mengetahui keadaan si sakit. Sedangkan seorang pemimpin perusahaan mengharapkan efisiensi dalam mengerjakan suatu pekerjaan.

Pada hakekatnya masalah kesanggupan badan dapat dianggap suatu masalah nasional. Maka tidaklah mengherankan apabila di luar negeri berbagai macam pemeriksaan badan dilakukan secara amat intensif. Beberapa lembaga dan universitas memiliki bagian khusus untuk keperluan tersebut.