ABSTRAK

Yoldi Rivaldo (2017): Kemampuan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola di Sekolah sepakbola Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini yaitu berawal dari belum maksimalnya prestasi Pemain Sepakbola di Sekolah sepakbola Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, diduga salah satu penyebabnya adalah rendahnya kemampuan kondisi fisik pemain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Kemampuan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola di Sekolah Sepakbola Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan yang meliputi daya tahan aerobik, daya ledak otot tungkai, kelincahan, kecepatan dan kelentukan

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain di Sekolah sepakbola Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 45 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 28 orang pemain. Instrumen penelitian ini adalah : 1) *Bleeep test* adalah tes daya tahan aerobik, 2) lompat jauh tanpa awalan adalah tes daya ledak otot tungkai, 3) *Shuttle-run* 4x10 meter adalah tes kelincahan, 4) Lari 30 meter adalah tes kecepatan dan 5) *Flexiometer* adalah tes kelentukan. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : Kemampuan daya tahan aerobik (Vo_2maks) pemain termasuk dalam klasifikasi cukup dengan nilai rata-rata 39.1, 2) Kemampuan daya ledak otot tungkai pemain termasuk pada klasifikasi kurang dengan nilai rata-rata 212.75, 3) Kemampuan kecepatan pemain termasuk pada klasifikasi kurang dengan nilai rata-rata 4.91, 4) Kemampuan kelincahan pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 13.72, 5) Kemampuan kelentukan pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 12.96.

Kata Kunci : Kondisi Fisik Pemain Sepakbola

.