

ABSTRAK

Rezki Kurnia Rahman,2018: Tinjauan Daya Tahan Aerobik Pada Atlet Sekolah Sepakbola Global Usia 14-16 Tahun Kota Payakumbuh

Masalah penelitian ini terlihat dari hasil observasi di lapangan bahwa atlet Sekolah Sepakbola Global usia 14-16 tahun kota Payakumbuh belum pernah ditinjau tingkat kemampuan daya tahan aerobiknya. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan daya tahan aerobik atlet Sekolah Sepakbola Global usia 14-16 tahun kota Payakumbuh.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini berjumlah 25 atlet. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *total sampling* yaitu semua populasi dijadikan sampel berjumlah 25 atlet. Pengumpulan data menggunakan instrument *Yo-yo Intermittent Recovery Test*. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dengan perhitungan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan adalah 3 orang (12%) tergolong sedang, 12 orang (48%) tergolong kategori kurang, dan 10 orang (40%) memiliki daya tahan aerobik tergolong kurang sekali. Sedangkan untuk kategori baik,baik sekali, dan sempurna tidak ada (0%). Simpulan dari penelitian ini yaitu tingkat kemampuan daya tahan aerobik atlet Sekolah Sepakbola Global usia 14-16 tahun kota Payakumbuh tergolong dalam kategori kurang sekali.

Kata Kunci : Daya tahan aerobik