

ABSTRAK

Wigo Candra 2010 : “ Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Futsal SMP Negeri 2 Painan”

Berdasarkan dari pengamatan setiap pertandingan, pemain futsal SMP Negeri 2 Painan bermain cukup bagus pada awal pertandingan saja dan mengalami kelalahan pada menit – menit akhir babak permaain, itu disebabkan karena pemain menganggap lapangan terlalu kecil, setiap pemain terlalu sering berlari kesana kemari yang menguras tenaga, sehingga pemain mengalami kelelahan. Oleh karena itu penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan daya tahan aerobik, kemampuan kekuatan, kemampuan kecepatan, dan kemampuan kelincahan pemain futsal SMP Negeri 2 Painan. Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dimana bertujuan mengungkapkan tingkat kondisi fisik pada setiap pemain futsal SMP Negeri 2 Painan. Populasi pada penelitian ini adalah keseluruhan pemain futsal putri SMP Negeri 2 Painan yang ikut aktif melakukan latihan SMP Negeri 2 Painan. Sampel yang diambil dalam penelitan ini sebanyak 22 pemain putri, yang akan diambil sebagai sampel adalah sebanyak 100% dari jumlah populasi.

Teknik dalam pengambilan data pada penelitian ini adalah tes. Tes diberikan sebelum melakukan kegiatan futsal, dan tes tersebut dilakukan untuk melihat kondisi masing – masing pemain futsal putri SMP Negeri 2 Painan. Sesuai dengan tujuan serta pertanyaan dalam penelitian yang diajukan ini maka pengujian data yang diperoleh akan dianalisis melalui teknik yang sesuai dengan jenis serta tujuan penelitian yaitu akan dianalisis menggunakan rumus $P = \frac{f}{n} \times 100\%$.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kemampuan kondisi fisik pemain futsal putri SMP Negeri 2 Painan pada kategori sedang, sehingga masih perlu ditingkatkan lagi kemampuan kondisi fisik yang lebih baik untuk mencapai prestasi dalam bermain futsal.