

## ABSTRAK

### **Gusman Mahyudhy (2016): Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo**

Masalah penelitian ini adalah menurunnya fisik pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo. Penelitian ini dilakukan pada seluruh pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo. Tujuan peneliti ini untuk melihat kondisi fisik pemain futsal SMP N 1 Muaro Bungo.

Penelitian tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling yaitu dari seluruh pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo yang berjumlah 16 orang. Tes yang digunakan untuk mengetahui tingkat daya tahan aerobik adalah *bleep test*, daya ledak otot tungkai dengan *standing broad jump test*, kelincihan dengan *zig zag run test*, kecepatan dengan tes kecepatan lari 30 meter kekuatan otot tungkai dengan *leg dynamometer test*. Selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan teknik distribusi frekuensi (*statistic deskriptif*) dengan perhitungan persentase.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa 75 % (12 orang) pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo memiliki daya tahan aerobik tergolong baik sekali, dan 25 % (4 orang) memiliki daya tahan aerobik tergolong baik. 6,75 % (1 orang) pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo memiliki daya ledak otot tungkai tergolong baik sekali, dan 93,75 % (15 orang) memiliki daya ledak otot tungkai tergolong baik. 62,5 % (10 orang) pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo memiliki kelincihan tergolong baik, dan 37,5 % (6 orang) memiliki kelincihan tergolong cukup. 31,25 % (5 orang) pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo memiliki tergolong baik, dan 68,75 % (11 orang) memiliki kelincihan tergolong cukup. Serta 100 % atau keseluruhan pemain futsal SMP N 1 Kabupaten Muaro Bungo (16 orang) memiliki kekuatan otot tungkai tergolong kurang.