

ABSTRAK

TEDO TRI NANDO. 2013. Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Atlet Futsal Klub Bintang Kota Pariaman

Permasalahan atas gagalnya klub Bintang mempertahankan gelar juara adalah diduga rendahnya kondisi fisik atlet futsal klub Klub Bintang Kota Pariaman, yang mana kondisi fisik para atlet masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini terlihat, saat mengikuti kejuaraan futsal Klub Bintang Kota Pariaman mengalami kekalahan yang disebabkan oleh menurunnya kondisi fisik atlet saat bertanding. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik khusus Atlet Futsal Klub Bintang Kota Pariaman.

Penelitian tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada seluruh Atlet Klub Bintang Kota Pariaman. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling yaitu dari seluruh atlet Bintang Kota Pariaman yang berjumlah 30 orang. Tes yang digunakan untuk mengetahui tingkat daya tahan aerobik adalah daya tahan aerobik dengan *bleep test*, daya ledak otot tungkai dengan *standing broad jump test*, kelincahan dengan *zig zag run test*, kecepatan dengan tes kecepatan lari 30 meter dan kekuatan otot tot tungkai dengan *leg dynamometer test*. Selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan teknik distribusi frekwensi (statistic deskriptij) dengan perhitungan persentase.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi fisik atlet futsal klub Bintang Kota Pariaman berada pada kategori sangat kurang sebesar 93,24% (28 orang atlet), pada kategori kurang sebesar 3,33% (1 orang atlet), dan kategori cukup sebesar 3,33% (1 orang atlet). Sehingga berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa kondisi fisik atlet futsal klub Bintang Kota Pariaman tergolong sangat kurang