

ABSTRAK

Wiwin Syah Putra: Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Pauh Duo Kecamatan Pauh Duo Kabupaten Solok-Selatan

Penelitian ini berawal dari adanya penurunan prestasi yang dialami oleh klub sepakbola Pauh Duo. Dahulunya pada tahun 2010 s/d 2013 klub sepakbola Pauh Duo ini memiliki prestasi yang baik, namun semenjak tahun 2014 sampai sekarang klub sepakbola pauh duo mengalami prestasi yang menurun. Hal ini tentu banyak faktor yang mempengaruhi, antara lain di duga berhubungan dengan Kondisi fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kemampuan kondisi fisik pemain Sepakbola Pauh Duo Kecamatan Pauh Duo Kabupaten Solok-Selatan yang berhubungan dengan kelincahan, kekuatan, kecepatan dan dayatahan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Sepakbola Pauh Duo Kecamatan Pauh Duo Kabupaten Solok-Selatan yang berjumlah 20 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling yaitu seluruh pemain Sepakbola Pauh Duo Kecamatan Pauh Duo Kabupaten Solok-Selatan sebanyak 20 orang. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa kelincahan berada pada kategori baik yaitu (70%), analisis data kekuatan berada pada kategori kurang (55%), analisis data kecepatan berada di kategori Sedang (40%), analisis data dayatahan berada pada kategori Sedang (85%), dari hasil penelitian ini dimintak agar atlet lebih meningkatkan lagi intensitas latihannya, supaya dapat mencapai fisik yang baik dan prima.