

## ABSTRAK

Henra Kaputra. (2019). Tinjauan Kemampuan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman

Masalah Dalam Penelitian Ini Yaitu Pemain Sering Mengalami Kelelahan Dalam Bertanding, Dan Jarang Siap Melakukan Serangan Balik. Tujuan Penelitian Adalah Untuk Mengetahui Kemampuan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman.

Jenis Penelitian Adalah Deskriptif. Populasi Dalam Penelitian Ini Adalah Seluruh Pemain Sepak Bola (SSB) Gama Muda Pasaman. Teknik Pengambilan Sampel Menggunakan *Purposive Sampling*, Sampel Dalam Penelitian Adalah Pemain Umur 15 Tahun Yang Berjumlah 25 Orang. Data Dikumpulkan Dengan Menggunakan Tes Kondisi Fisik Tes Daya Tahan *Aerobic (Vo2max)* Diukur Dengan *Yoyo Intermittent Recovery Test*, Kecepatan Diukur Dengan *Sprint 30 Meter*, Kelentukan Diukur Dengan *Flexiometer*, Kelincahan Diukur Dengan *Shuttle Run Test*, Daya Ledak Otot Tungkai Diukur Dengan *Standing Broad Jump Test*. Data Dianalisis Dengan Menggunakan Teknik Persentase Menggunakan Rumus:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Hasil Penelitian Ditemukan: 1) Daya Tahan *Aerobic* Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman Termasuk Dalam Kategori Kurang Sekali, 2) Kecepatan Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman Termasuk Dalam Kategori Sedang, 3) Kelentukan Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman Tergolong Kedalam Sedang, 4) Kelincahan, Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman Termasuk Dalam Kategori Kurang, 5) Daya Ledak Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman Termasuk Dalam Kategori Kurang. 6) Secara Keseluruhan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepak Bola Gama Muda Pasaman Kategori Sedang.

Kata Kunci : Kemampuan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepak Bola