

ABSTRAK

Adi Hendra Saputra, 2019: “Tinjauan Kondisi Fisik dan Teknik Dasar Pemain Sepakbola Persatuan Sepakbola Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan”.

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya kemampuan kondisi fisik dan teknik dasar pemain. Dalam bermain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan kadang masih terdapatnya kesalahan-kesalahan dalam melakukan teknik dasar dan kemampuan kondisi fisik.

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes daya tahan menggunakan *yo-yo intermittent recovery test*, tes daya ledak otot tungkai menggunakan *standing broad jump test*, tes kecepatan menggunakan tes lari 50 meter, tes kelincahan menggunakan *dodging run test*, tes *passing* dan kontrol menggunakan papan pantul, tes *dribbling* menggunakan tes ketrampilan *dribbling*, tes *shooting* menggunakan tes ketrampilan *shooting* atau tepat sasaran. Teknik analisis data yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan teknik distribusi frekuensi.

Diperoleh hasil tes daya tahan pemain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan berada pada kategori kurang bagus dengan rata-rata 2204,8. Daya ledak otot tungkai pemain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan berada pada kategori baik sekali dengan rata-rata 230,6. Kelincahan pemain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan berada pada kategori kurang dengan rata-rata 14,98. Kecepatan pemain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan berada pada kategori kurang dengan rata-rata 7,05. Kemampuan *passing* dan kontrol pemain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan berada pada kategori baik dengan rata-rata 6,1. Kemampuan *dribbling* pemain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan berada pada kategori sedang dengan rata-rata 8,13. Kemampuan *shooting* pemain PS Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan berada pada kategori baik dengan rata-rata 4,6.

Kata Kunci: *Kondisi Fisik, Teknik Dasar, Sepakbol*