

## ABSTRAK

### **Fiqri Rahmat (2019): Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya keadaan kondisi fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat yang meliputi daya tahan Aerobik, kecepatan, kelincahan dan daya ledak. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kondisi fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat yang berkenaan dengan daya tahan Aerobik, kecepatan, kelincahan dan daya ledak.

Populasi penelitian ini adalah pemain yang aktif mengikuti latihan di Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat berjumlah 35 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Maka, sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 orang. Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur kondisi fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat meliputi, Daya tahan aerobik dengan *Yo-Yo Intermittent Recovery test*, tes kecepatan dengan tes lari 50 meter, tes kelincahan melalui tes lari bolak balik (*shuttle run*) 6x10 meter, tes daya ledak otot tungkai dengan *standing broad jump test*. Teknik analisa data dengan menggunakan statistik deskriptif kuantitatif.

Hasil penelitian ; Rata-rata kondisi fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat yang dilihat dari segi : (1) Rata-rata Daya Tahan Aerobik yang dimiliki Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat adalah 1342,4 meter tergolong kategori sedang. (2) Rata-rata kecepatan yang dimiliki Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat adalah 6,63 detik tergolong kategori sedang. (3) Rata-rata Kelincahan yang dimiliki Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat adalah 16,37 detik tergolong kategori baik. (4) Rata-rata daya ledak yang dimiliki Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat adalah 222,16 cm tergolong kategori sedang. Secara keseluruhan maka kondisi fisik pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat pada kategori sedang.

***Kata Kunci : Kondisi Fisik, Sepakbola, SSB Tuah Sakato***