

## ABSTRAK

### **Riski Ramadhan (2019) : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Pemkab Madina Usia 16-18 Tahun Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara**

Masalah dalam penelitian ini yaitu berawal dari belum maksimalnya prestasi pemain SSB Pemkab Madina Usia 16-18 tahun Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik pemain SSB Pemkab Madina Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Provinsi Sumatera Utara..

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 18 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 18 orang pemain. Instrumen penelitian ini adalah : 1) Daya tahan aerobik di tes dengan *bleeep test* , 2) Daya ledak otot tungkai di tes dengan lompat jauh tanpa awalan, 3) Kecepatan di tes dengan lari 30 meter, 4) Kelincahan di tes dengan *shuttle-run* 4x10 meter 5) Kelentukan di tes dengan *flexiometer*, 6) Koordinasi mata-kaki di tes dengan menendang dan mengontrol bola kesasaran yang ditempelkan kedinding. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : 1) Daya tahan aerobik ( $Vo_2$ maks) pemain termasuk dalam klasifikasi cukup dengan nilai rata-rata 39.16, 2) Daya daya ledak otot tungkai pemain termasuk pada klasifikasi sangat kurang dengan nilai rata-rata 208,33, 3) Kecepatan pemain termasuk pada klasifikasi kurang dengan nilai rata-rata 4.77, 4) Kelincahan pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 13.98, 5) Kelentukan pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 13,06, 6) Koordinasi mata-kaki pemain termasuk pada klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 7,89. 7) Kondisi fisik pemain termasuk klasifikasi sedang, dengan nilai rata-rata 50.

**Kata Kunci : Kondisi Fisik, Sepakbola**