

ABSTRAK

Ronald Ofranto (2018). “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SSB Garuda FC Pasaman Kecamatan Padang Gelugur.”

Sulitnya club sepakbola SSB Garuda FC Pasaman Kecamatan Padang Gelugur dalam meraih prestasi disebabkan oleh lemahnya kondisi fisik pemain club sepakbola tersebut seperti lemahnya kelincahan, kelentukan, kecepatan, dan daya tahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kemampuan kondisi fisik pemani sepakbola SSB Garuda FC Pasaman Kecamatan Padang Gelugur yang berhubungan dengan kelincahan, kelentukan, kecepatan dan daya tahan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskripsi. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Garuda FC Pasaman Kecamatan Padang Gelugur. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling yaitu seluruh pemain SSB Garuda FC Pasaman Kecamatan Padang Gelugur sebanyak 23 orang. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan sepakbola SD 01 Pasar Laban Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang bulan November 2013. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif.

Diperoleh hasil tes kelincahan paling banyak berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 14 orang (61%), hasil tes kelentukan paling banyak berada pada kategori Sedang sebanyak 13 orang (56%), hasil tes kecepatan paling banyak di kategori Sedang sebanyak 11 orang (48%), dan hasil tes daya tahan paling banyak berada pada kategori Sedang sebanyak 15 orang (65%).

Kata Kunci : Kelincahan, kelentukan, kecepatan dan daya tahan