

ABSTRAK

Fadhul Hadi Sastiezy. 2018. “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Limpur Jaya FC Kabupaten Padang Pariaman” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Kepepatihan Olahraga, Jurusan Kepepatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi pemain sepakbola Limpur Jaya FC Kabupaten Padang Pariaman, diduga salah satu penyebabnya adalah rendahnya kondisi fisik pemain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik pemain sepakbola Limpur Jaya FC Kabupaten Padang Pariaman yang meliputi kecepatan, daya tahan aerobik, kekuatan otot tungkai, kelincahan dan daya ledak otot tungkai

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain sepakbola Limpur Jaya FC Kabupaten Padang Pariaman yang aktif berlatih. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian berjumlah 18 orang. Untuk memperoleh data kecepatan di tes dengan lari 50 meter, daya tahan aerobik dites dengan *bleeep test*, kekuatan otot tungkai di tes dengan *back and leg dynamometer*, kelincahan di tes dengan *shuttle run 6 x 10 meter*, daya ledak otot tungkai di tes dengan *standing broad jump*. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : 1) Kecepatan pemain termasuk klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 6.83. 2) Daya tahan aerobik termasuk klasifikasi cukup dengan nilai rata-rata 39.19. 3) Kekuatan otot tungkai pemain termasuk klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 94.58, 4) Kelincahan pemain termasuk klasifikasi sedang dengan nilai rata-rata 16.17. 5) Daya ledak otot tungkai pemain termasuk klasifikasi kurang dengan nilai rata-rata 211.22. 6) Kondisi fisik pemain, 3 orang (16.67%) pemain klasifikasi baik sekali, 1 orang (5.56%) pemain klasifikasi baik, 8 orang (44.44%) pemain klasifikasi sedang, 6 orang (33.33%) pemain klasifikasi kurang dan tidak ada pemain dengan klasifikasi kurang sekali. Rata-rata kondisi fisik pemain 50, termasuk pada klasifikasi sedang