

ABSTRAK

Praska Ruidiansyah. 2019. “Tinjauan Kondisi Fisik Team Futsal Kabupaten Padang Pariaman”.

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya prestasi team futsal Kabupaten Padang Pariaman yang diduga dipengaruhi oleh faktor kondisi fisik. Variabel dalam penelitian ini adalah kecepatan, kelincahan, dayatahan dan daya ledak otot tungkai. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik team futsal Kabupaten Padang Pariaman.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui, meninjau dan mendiskripsikan suatu keadaan pada saat penelitian dilakukan. Populasi dalam penelitian ini adalah team futsal Kabupaten Padang Pariaman berjumlah 14 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* yaitu sebanyak 14 orang. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan lari cepat (*sprint*) 30 meter untuk mengukur kecepatan, *ilionis test* untuk mengukur kelincahan, *bleep test (multistage fitness test)* untuk mengukur dayatahan dan untuk mengukur daya ledak otot tungkai menggunakan *standing broad jump test*. Data yang diperoleh di analisis dengan metode statistik deskriptif memakai tabulasi frekuensi dengan perhitungan persentase.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa (1) Tingkat kemampuan kecepatan team futsal Kabupaten Padang Pariaman berada pada tingkat baik. (2) Tingkat kemampuan kelincahan team futsal Kabupaten Padang Pariaman berada pada tingkat baik. (3) Tingkat kemampuan dayatahan team futsal Kabupaten Padang Pariaman berada pada tingkat baik dengan. (4) Tingkat kemampuan daya ledak otot tungkai team futsal Kabupaten Padang Pariaman berada pada tingkat baik.