

## ABSTRAK

Febrianto,(2012) : Studi tentang Kemampuan Kondisi Fisik dalam Permainan Sepakbola di AMC Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kondisi fisik pemain sepakbola AMC Kampun Dalam. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah kondisi fisik (daya tahan aerobik, daya ledak otot tungkai, kecepatan, dan kelincahan) pemains epakbola AMC Kampung Dalam.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain sepakbola AMC Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman berjumlah 14 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu semua populasi menjadi sampel. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes daya tahan aerobik, daya ledak otot tungkai, kecepatan, dan kelincahan. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$ .

Dari analisis data diperoleh pada tes daya tahan aerobik (bleep test) pemain yang mencapai kategori baik ada 11 orang (78,57%), pemain yang mencapai kategori sedang ada 3 orang (21,43%), dan tidak pemain yang mencapai kategori baik sekali, kurang dan kurang sekali. Pada tes daya ledak otot tungkai pemain yang mencapai kategori kurang sekali ada 10 orang (71,43%), pemain yang mencapai kategori kurang ada 4 orang (28,57%), dan tidak ada pemain yang mencapai kategori baik sekali, baik dan sedang. Pada kelincahan (dodging run) semua pemain telah mencapai kategori baik sekali. Pada kecepatan (lari 30 meter) pemain yang mencapai kategori baik ada 5 orang (35,71%), pemain yang mencapai kategori sedang ada 9 orang (64,28%), dan tidak ada pemain yang mencapai kategori baik sekali, kurang dan kurang sekali. Berdasarkan hasil penelitian di atas tingkat kondisi fisik pemain sepakbola AMC Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman sudah mencapai kategori sedang. Untuk itu disarankan kepada pelatih agar memberikan bentuk latihan kondisi fisik yang dibutuhkan pemain sepakbola AMC Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman.