

## ABSTRAK

### **Arief Fadillah Sardi, 2020 : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Futsal Klub AJS di Kabupaten Siak**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak.

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak yang berjumlah sebanyak 20 orang. Penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *sampling jenuh* sehingga berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan kondisi fisik daya tahan aerobik dengan tes *bleep test*, daya ledak otot tungkai dengan tes *standing board jump*, kelincahan menggunakan tes *zig-zag run*, kecepatan menggunakan tes lari 30 meter, dan kekuatan otot tungkai dengan tes *leg dynamometer*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase  $P = F/N \times 100\%$ .

Hasil penelitian dari analisis kondisi fisik yaitu, 1) Kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak pada indikator daya tahan aerobik dalam kategori “cukup”. 2) Kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak pada indikator daya ledak otot tungkai dalam kategori “kurang”. 3) Kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak pada indikator kelincahan dalam kategori “cukup”. 4) Kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak pada indikator kecepatan dalam kategori “cukup”. 5) Kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak pada indikator kekuatan otot tungkai dalam kategori “cukup”. 6) Kondisi fisik atlet futsal klub Anak Jalan Sekolah Kabupaten Siak dalam kategori “cukup”

**Kata Kunci : Kondisi Fisik**