

ABSTRAK

Bagas, 2020 : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kondisi fisik pemain sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik pemain sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah sebanyak 50 orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *Porpositive sampling* sehingga berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan kondisi fisik kecepatan menggunakan tes lari 40 meter, kelincahan menggunakan tes *zig-zag run*, dayatahan menggunakan tes lari 2400 meter dan daya ledak otot tungkai dengan tes *standing board jump*. 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 pemain sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan pada indikator kecepatan dengan lari 40 meter dalam kategori “cukup” . 2) Kondisi fisik pemain sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan pada indikator kelincahan dengan *zig-zag run* dalam kategori “kurang”. 3) Kondisi fisik pemain sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan pada indikator dayatahan dengan lari 2400 meter dalam kategori “cukup”. 4) Kondisi fisik pemain sepakbola Badai Laut FC Kecamatan Bayang Kabupaten Pesisir Selatan pada indikator daya ledak otot tungkai dengan *standing board jump* dalam kategori “cukup”.

Kata Kunci : Kondisi Fisik