

ABSTRAK

Arif Pratama Putra (2020): Analisis Kondisi Fisik Atlet Futsal CFKB Academy Batusangkar Kabupaten Tanah Datar.

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum adanya pemusatan latihan terhadap kondisi fisik atlet dan pelatih tidak memahami, mengetahui tentang kemampuan kondisi fisik atlet yang mereka bina. Pada saat latihan pelatih hanya terfokus melatih komponen kondisi fisik daya tahan jantung dan paru-paru (*cardiorespiratory*) saja. Sedangkan untuk mendukung peningkatan prestasi seorang atlet seharusnya seorang pelatih juga mengetahui kualitas komponen-komponen kondisi fisik yang lainnya seperti kekuatan, kelincahan, daya ledak, kecepatan, serta daya tahan.

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet futsal CFKB Academy Batusangkar Kabupaten Tanah Datar. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian berjumlah 14 orang atlet. Untuk memperoleh data dilakukan tes dan pengukuran terhadap kemampuan kondisi fisik atlet. Data dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian kondisi fisik dengan tes dan pengukuran menunjukkan kemampuan kondisi fisik dari persentase terbesar adalah sebagai berikut : (1) Daya Ledak Otot atlet futsal sebesar 42.86% dalam kategori sedang, (2) Kekuatan Otot Perut atlet futsal sebesar 64.29% dalam kategori baik, (3) Kekuatan Otot Lengan atlet futsal 57.14% dalam kategori kurang, (4) Kecepatan atlet futsal sebesar 42.86% dalam kategori sedang, (5) Kelincahan atlet futsal sebesar 42.86% dalam kategori sedang, (6) Daya Tahan atlet futsal sebesar 57.14% dalam kategori sedang.

Kata Kunci : Kondisi Fisik, Atlet Futsal