

## ABSTRAK

### **Afrinaldo Mirfen (2021) :Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 2x11 Enam Lingkung.**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi pemain sepak bola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 2x11 Enam Lingkung, permasalahan ini diduga dipengaruhi oleh kondisi fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik pemain sepak bola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 2x11 Enam Lingkung.

Penelitian ini bersifat deskriptif, Populasi penelitian ini adalah pemain sepak bola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 2x11 Enam Lingkung. yang berjumlah 20 orang, Penilaian norma menggunakan teknik total sampling sehingga didapatlah sampel sebanyak 20 orang, Pengambilan data dilakukan dengan cara tes, kecepatan dengan tes lari 30 meter, kelincahan dengan tes *Shuttle Run*, dan daya tahan aerobik dengan *Bleep Test*. Analisa data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi (stasistik deskriptif) dengan perhitungan persentase  $P = f/n \times 100\%$ .

Hasil analisis data diperoleh: 1) kecepatan rata-rata dimiliki pemain sepak bola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 2x11 Enam Lingkung adalah 4,96 detik tergolong kategori kurang.. 2) Kelincahan rata-rata dimiliki pemain sepak bola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 2x11 Enam Lingkung adalah 11,68 tergolong kategori baik sekali. 3) Daya tahan aerobik rata-rata dimiliki pemain sepak bola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 2x11 Enam Lingkung adalah 32,31 tergolong kategori sedang.