

ABSTRAK

Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Futsal KMK FC ARMA

Oleh: Ayi firman saputr

Masalah penelitian ini adalah kurang baiknya prestasi Klub Futsal hal ini diduga dipengaruhi oleh kemampuan kondisi fisik yang di miliki pemain. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik pemain futsal KMK FC ARMA. Populasi pada penelitian ini adalah pemain KMK FC ARMA yang berjumlah 25 orang. Teknik penarikan Sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik Total Sampling, sehingga dijadikan sampel seluruh pemain futsal KMK FC ARMA 25 orang dijadikan sampel. Variabel dalam penelitian ini adalah kondisi fisik pemain futsal KMK FC ARMA. Data di ambil dengan *survey tes.instrument* yang digunakan adalah tes kecepatan, tes kelincahan, dan tes daya tahan. Teknik analisis data menggunakan statistic *deskriptif presentase*.

Hasil Analisis Data ditemukan: secara khusus pemain futsal KMK FC ARMA memiliki kondisi fisik kemampuan kecepatan, kelincahan, dan daya tahan dalam kategori sedang. Hasil tes kecepatan diperoleh 2 pemain (8%) masuk dalam kategori baik sekali, 6 pemain (24%) masuk dalam kategori baik, 9 pemain (36%) masuk dalam kategori cukup, 6 pemain (24%) masuk dalam kategori kurang, dan 2 pemain (8%) masuk dalam kategori kurang sekali. Tes kelincahan menggunakan metode Illionis Agility Run tes, dari hasil tes kelincahan diperoleh 3 pemain (12%) masuk dalam kategori baik sekali, 1 pemain (4%) masuk dalam kategori baik, 12 pemain (48%) masuk dalam kategori sedang, 9 pemain (36%) masuk dalam kategori kurang. dan daya tahan menggunakan Bleep Tes (VO₂max), dari hasil tes daya tahan diperoleh 10 pemain (40%) masuk dalam kategori sedang, 10 pemain (40%) masuk dalam kategori cukup, 5 pemain (20%) masuk dalam kategori bagus.

Kata Kunci : KONDISI FISIK PEMAIN, PEMAIN FUTSAL