

ABSTRAK

Tinjauan Daya Tahan Pemain Sepak Bola SSB Putra Secincin di Kota Payakumbuh

Oleh: Ferdy Febriandrisa

Masalah penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat daya tahan pemain sepak bola SSB Putra Secincin Kota Payakumbuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat daya tahan pemain sepak bola SSB Putra Secincin Kota Payakumbuh. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SSB Putra Secincin Kota Payakumbuh. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada 30 Oktober 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Putra Secincin U-17 Kota Payakumbuh yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik totalsampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang sampel. Instrument dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *Bleep test*. Teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah: tingkat daya tahan (*VO2Max*) pemain sepak bola SSB Putra Secincin Kota Payakumbuh memiliki rata-rata(*mean*) 42,15 ml/kg/min atau berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: KONDISI FISIK; DAYA TAHAN