

ABSTRAK

Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola (SSB) Brandon Olahraga Club (BOC)

Oleh: Eki Putra Yusman

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik kondisi fisik yang dimiliki pemain Brandon Olahraga Club (BOC) yang berkenaan dengan Daya Ledak, Kelincahan, dan Daya Tahan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepakbola Brandon Olahraga Club (BOC). Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total sampling*, dengan jumlah sampel 18 orang. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik persentase $P = \frac{\text{jumlah}}{\text{total}} \times 100\%$.

Hasil penelitian : (1) tinjauan Daya Ledak Otot tungkai yang dominan dimiliki pemain Brandon Olahraga Club (BOC) adalah 16 orang (80%) termasuk kategori kurang. (2) tinjauan Daya Tahan yang dominan dimiliki pemain Brandon Olahraga Club (BOC) adalah 18 orang (66,67%) termasuk kategori Sedang. (3) tinjauan Kelincahan kanan yang dominan dimiliki pemain Brandon Olahraga Club (BOC) adalah 16 orang (88,99%) dalam kategori kurang sekali dan kiri 18 orang (100%) termasuk kategori kurang.

Kata Kunci : Kondisi Fisik Pemain