

ABSTRAK

Profil Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Silampari U-16 kota Lubuklinggau

Oleh: Edy Syahrul Romadhan

Masalah dalam penelitian ini adalah prestasi pemain sekolah sepakbola (SSB) Silampari U-16 kota Lubuklinggau yang menurun. Banyak faktor yang menyebabkan belum baiknya pemain tersebut diantaranya yaitu kondisi fisik. Untuk itu perlu dilakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk meninjau kondisi fisik pemain sekolah sepakbola (SSB) Silampari U-16 kota Lubuklinggau. Populasi penelitian adalah semua pemain sekolah sepakbola (SSB) Silampari U-16 kota Lubuklinggau yang berjumlah 25 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 18 orang dengan menggunakan teknik Purposive Sampling dan data dikumpulkan menggunakan tes terhadap variabel kondisi fisik. Data variabel daya tahan dengan yoyo test, kecepatan dengan lari 50 meter, kelincahan dengan dodging run test, kelentukan dengan sit and reach test, daya ledak otot tungkai dengan vertical jump. Teknik analisis data adalah dengan analisis deskriptif.

Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil penelitian tentang kondisi fisik pemain sekolah sepakbola (SSB) Silampari U-16 kota Lubuklinggau memiliki tingkat kemampuan kondisi fisik dengan klasifikasi daya tahan dengan rata-rata 386,67 (kategori sedang), kecepatan dengan rata-rata 7,32 detik (kategori kurang), kelincahan dengan rata-rata 9,58 detik (kategori sedang), kelentukan dengan rata-rata 10,17 cm (kategori sedang), dan daya ledak otot tungkai dengan rata-rata 65,13 cm (kategori baik sekali). Jadi dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik pemain sekolah sepakbola (SSB) Silampari U-16 kota Lubuklinggau berada pada dikategorikan sedang.

Kata kunci: **Kondisi Fisik**