

ABSTRAK

Kondisi Fisik Pemain Futsal SMA Negeri 2 Bengkulu Utara

Oleh: M.Edo Apriansyah

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi pemain futsal SMA Negeri 2 Bengkulu Utara. Hal ini diduga dipengaruhi oleh kemampuan kondisi fisik yang dimiliki pemain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik pemain futsal SMA Negeri 2 Bengkulu Utara.

Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian berjumlah 20 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik "sensus". Sehingga sampel sebanyak 20 orang. Variabel penelitian meliputi 1) kecepatan 2) kelincahan 3) daya tahan 4) koordinasi gerak. Instrumen untuk mengumpulkan data adalah tes kondisi fisik. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi memakai rumus $P = \frac{F}{N} \times 100$

Hasil analisis data diperoleh 1) Kecepatan pemain futsal SMA Negeri 2 Bengkulu Utara kategori baik sekali 2 orang dan baik 7 orang, 7 orang sedang, 3 orang kategori kurang dan 1 orang kurang sekali . 2) Kelincahan pemain kategori baik sekali 1 orang, baik tidak ada, kategori sedang 6 orang, kategori kurang 9 orang dan kurang sekali 4 orang. 3) Daya Tahan pemain kategori baik sekali 5 orang, baik 8 orang, kategori sedang 4 orang, kategori kurang 3 orang dan kurang sekali 1 orang. 4) Koordinasi pemain kategori baik sekali 2 orang, baik 2 orang, kategori sedang 8 orang, kategori kurang 7 orang dan kurang sekali 1 orang.

Kata Kunci : Kondisi Fisik Pemain