

## **ABSTRAK**

### **Tinjauan Kemampuan Daya tahan Aerobik Pemain Sepak bola Air Bangis**

**Oleh: Munadil Hanif**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi pemain sepakbola Air Bangis yang berkemungkinan disebabkan oleh rendahnya kemampuan dayatahan aerobic pemain sepakbola Air Bangis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan dayatahan aerobic pemain sepakbola Air Bangis.

Jenis penelitian termasuk ke dalam penelitian deskriptif. Populasi berjumlah 19 orang, semua populasi dijadikan sebagai sampel. Instrument yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian adalah dengan menggunakan tes bleep untuk mengukur kemampuan daya tahan aerobic pemain sepakbola Air Bangis. Teknik analisis data adalah dengan menggunakan rumus persentase.

Berdasarkan pengukuran yang telah dilakukan maka adapuan hasil penelitian adalah: sebagian besar pemain sepakbola Air Bangis memiliki kemampuan daya tahan aerobic pada klasifikasi kurang dengan persentase 47,37%.

Kata kunci: **Daya Tahan Aerobic**