

ABSTRAK

Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Lintas U-19 Pasaman Barat pada Masa Pandemi *Covid-19*

Oleh: Risjeni Oscar

Masalah dalam penelitian ini adalah menurunnya prestasi SSB Lintas U-19 Pasaman Barat pada masa pandemi *Covid-19*. Hal ini diduga disebabkan oleh salah satu faktor kondisi fisik yang disebabkan oleh kurangnya sesi latihan karena dalam masa pandemi *Covid-19* yang mengharuskan tetap dirumah untuk memutus rantai penyebaran *Covid-19*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik yang meliputi daya ledak otot tungkai, kecepatan, kelincahan, dan daya tahan aerobik.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Teknik pengambilan data dilakukan dengan teknik *Total sampling*, dimana seluruh populasi dijadikan sampel, seluruh populasi sebanyak 18 orang. Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur masing-masing unsur kondisi fisik atlet. Daya ledak otot tungkai dengan tes *Standing broad jump*, kecepatan dengan *Curved sprint test*, kelincahan dengan *Arrow head agility*, daya tahan aerobik dengan *YO-YO intermittent level 1* dan Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik statistik deskriptif.

Dari analisis data diperoleh hasil sebagai berikut: (1) Daya ledak otot tungkai dengan rata-rata 7,72 Inchi di kategori “baik” (2) kecepatan dengan rata-rata 6,76 di kategori “baik” (3) Kelincahan dengan rata-rata 17,64 detik di kategori “kurang” (4) Daya tahan aerobik dengan rata-rata 542,22 di kategori “kurang sekali”. Dengan demikian dapat disimpulkan tingkat kondisi fisik pemain SSB Lintas U-19 Pasaman Barat pada masa pandemi *Covid-19* berada pada klasifikasi “Sedang” dengan rata-rata “ 50,00”.

Kata kunci : Kondisi Fisik Pemain, Daya Ledak Otot Tungkai, Daya Tahan Aerobik