

ABSTRAK

Riandes Kurniawan. 2022. Tinjauan Tingkat VO2 Max Siswa yang Mengikuti Kegiatan Pembinaan Bakat Sepak Bola SMKN 1 Kabupaten Tanah Datar

Masalah penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat kapasitas aerobik siswa yang mengikuti kegiatan pembinaan bakat sepak bola di SMKN 1 Batipuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kapasitas aerobik (*Vo2Max*) siswa yang mengikuti kegiatan pembinaan bakat sepak bola di SMKN 1 Batipuh.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan Balai Gadang kecamatan batipuh. Waktu penelitian ini dilaksanakan setelah pelaksanaan seminar proposal. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan pembinaan bakat sepak bola di SMKN 1 Batipuh yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang sampel. Instrument dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *Yoyo intermittent tes*. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif persentitif.

Hasil penelitian ini adalah: tingkat kapasitas volume oksigen maksimal (*VO2Max*) siswa yang mengikuti kegiatan pembinaan bakat sepak bola di SMKN 1 Batipuh memiliki rata-rata 42,0 ml/kg/min atau berada pada kategori sedang.

Kata Kunci : VO2MAX Siswa pembinaan bakat sepakbola