

**TINJAUAN KONDISI FISIK PEMAIN SEPAKBOLA
SSB PUTRA PERSEBAGAN JUNIOR
KABUPATEN SIJUNJUNG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :
RENDI RAHMA YUNDA
NIM . 19086051

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

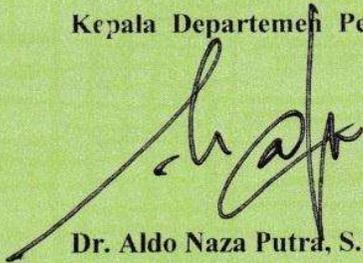
SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SSB Putra
Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung
Nama : Rendi Rahma Yunda
NIM : 19086051
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, September 2023

Mengetahui:

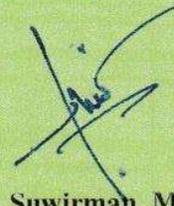
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:

Pembimbing



Drs. Suwirman, M.Pd
NIP.196111191986021001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Rendi Rahma Yunda
NIM : 19086051

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

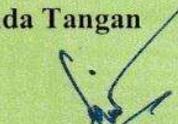
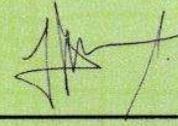
Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SSB Putra Persebagan Junior
Kabupaten Sijunjung

Padang, September 2023

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Suwirman, M.Pd
2. Anggota : Dr. Emral M.Pd
3. Anggota : Haripah Lawanis S.Pd, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, September 2023



Rendi Rahma Yunda

NIM. 19086051

ABSTRAK

Rendi Rahma Yunda (2023) : “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung”

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi peneliti yaitu rendahnya prestasi SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung, diduga dipengaruhi aspek kondisi fisik pemain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik yang dimiliki SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung. Penarikan sampel dilakukan dengan *total sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan tes dan pengukuran pada masing-masing unsur kondisi fisik. Daya tahan diukur dengan *Yo-yo Intermittent Recovery*, kecepatan dengan lari 30 meter, kelincahan *Illinois Agility*, Koordinasi Matakaki menggunakan Tes *soccer wall volly* dan daya ledak otot tungkai dengan *Standing Broad Jum*, Sedangkan analisa data dilakukan menggunakan deskriptif statistik.

Hasil penelitian menunjukkan: bahwa kondisi fisik pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung kategori cukup karena 1) Daya tahan *aerobik* pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung berada pada kategori buruk. 2) Kecepatan pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung berada pada kategori kurang. 3) Kelincahan atlet bola berada pada kategori kurang sekali. 4) Koordinasi matakaki pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung kurang sekali. 5) Daya ledak otot tungkai atlet SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung kategori cukup

Kata Kunci : Kondisi Fisik Sepak Bola

ABSTRACT

Rendi Rahma Yunda (2023): "An Overview of the Physical Conditions of Boys' SSB Soccer Players in Sijunjung Regency Junior"

The problem in this study originated from the researcher's observation, namely the low achievement of SSB Putra Persebagan Junior in Sijunjung Regency, allegedly influenced by aspects of the physical condition of the players. This study aims to determine the physical condition of SSB Putra Persebagan Junior Sijunjung Regency.

This type of research is descriptive research. The population in this study was SSB Putra Persebagan Junior Sijunjung Regency. Sampling was done by total sampling. Data collection was carried out by conducting tests and measurements on each element of the physical condition. Endurance was measured by Yo-yo Intermittent Recovery, speed by running 30 meters, Illinois Agility, Matakaki Coordination using Soccer Wall Volly Test and leg muscle explosive power by Standing Broad Friday, while data analysis was performed using descriptive statistics.

The results showed that the physical condition of the SSB Putra Persebagan Junior players in Sijunjung Regency was in the adequate category because 1) The aerobic endurance of the SSB Boys from Persebagan Junior in Sijunjung Regency is in the Below Average category. 2) The speed of the SSB Putra Persebagan Junior Sijunjung players is in the less category. 3) The agility of ball athletes is in the very less category. 4) There is very little coordination between the ankles of the SSB Putra Persebagan Junior Sijunjung players. 5) The explosive power of the limb muscles of the SSB Putra Persebagan Junior athletes in Sijunjung Regency was in the sufficient category

Keywords: Physical Conditions of Football

KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tentang **“Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung”**

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Orang tua (Ayah dan Ibu) penulis Ayah: Benuawan dan Ibu : Roza Lina
2. Bapak Prof. Genefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd, selaku Dekan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd, selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, Sepriadi, S.Si M.Pd, selaku Sekretaris Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Bapak Drs. Suwirman M.Pd selaku pembimbing sekaligus penasihat akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran, dan kesabaran untuk membimbing peneliti selama dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak Dr. Emral M.Pd dan Ibuk Haripah Lawanis S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan saran, masukan, arahan, dan koreksi serta penyempurnaan dalam skripsi ini.
7. Pihak yang bersedia membantu saya dalam peneliti yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu dalam melaksanakan penelitian.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil Skripsi ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, 26 Juni 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Masalah	10
F. Kegunaan Masalah	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	12
1. Permainan Sepakbola	12
2. Kondisi Fisik	16
B. Kerangka Konseptual	31
C. Pertanyaan Penelitian	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel	35
D. Definisi Operasional	36
E. Jenis dan Sumber Data	37
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	37
G. Teknik Analisis Data	44

BAB IV PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	45
1. Daya Tahan Aerobik	45
2. Kecepatan	56
3. Kelincahan	47
4. Koordinasi Matakaki	48
5. Daya Ledak Otot Tungkai	49
B. Pembahasan	50
1. Daya Tahan Aerobik	50
2. Kecepatan	51
3. Kelincahan	52
4. Koordinasi Matakaki	53
5. Daya Ledak Otot Tungkai	55

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	56
B. Saran	57

DAFTAR PUSTAKA	58
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada saat sekarang ini sepakbola telah menjadi olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat dunia khusus masyarakat Indonesia. Fakta membuktikan bahwa saat ini sepakbola menduduki peringkat pertama pada deretan olahraga-olahraga yang paling digemari. Tak heran permainan yang menggunakan kaki dimainkan oleh semua kalangan mulai dari masyarakat pedesaan, kalangan, perkantoran, sampai pada warga perkotaan yang tinggal di kompleks-komplek perumahan. Bahkan sudah banyak ditemui lapangan sepakbola di sekolah, kampus, di pedesaan dan perkotaan.

Usaha pemerintahan Indonesia dalam pembinaan prestasi olahraga tidak hanya dilakukan dipusat saja, tetapi harus sudah tersentuh ke daerah-daerah tanah air, kepada daerah diberikan kebebasan untuk mendirikan SSB agar dapat membina atlet yang nantinya dapat melahirkan bibit atlet yang bisa berlaga disetiap kejuaraan dan bisa mengharumkan SSB tempat kita berlatih dan bisa mengharumkan nama daerah dan bangsa Indonesia.

Di Indonesia olahraga tidak hanya sebagai suatu kepentingan pendidikan, rekreasi dan jasmani. Namun, olahraga juga sebagai ajang untuk mencapai suatu prestasi. Olahraga prestasi merupakan suatu olahraga yang dapat mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Sehingga atlet dapat mencapai suatu prestasi baik di tingkat daerah, nasional dan internasional, sehingga dapat mengangkat harkat dan martabat baik individu maupun keluarga.

Menurut Emral, (2016:88-98) terdapat empat momen penting dalam sepakbola diantaranya pada saat kita menguasai bola, lawan menguasai bola, transisi dari menyerang kebertahan dan transisi dari bertahan ke menyerang. Tujuan dari empat momen tersebut yaitu agar tim dapat menguasai permainan dan dapat mencetak gol sehingga memenangkan pertandingan. Dalam setiap pertandingan sepakbola, setiap tim pasti memiliki taktik, teknik dan juga permainan individu yang berbeda-beda. Selain itu didalamnya juga terdapat drama yang menegangkan. Terdapat banyak emosi yang keluar pada saat pertandingan sepakbola berlangsung, ada tawa saat tim yang dibela berhasil mencetak gol dan memenangkan pertandingan, ada sedih saat tim yang dibela kalah dalam pertandingan, serta masih banyak kejadian dalam sepakbola yang tidak terduga.

Menurut (Dawud & Hariyanto, 2020) agar dapat bermain dengan baik, setiap atlet sepakbola harus bisa menguasai komponen-komponen yang terdapat dalam sepakbola, yaitu fisik, teknik dan taktik. Sepakbola dan kondisi fisik merupakan suatu yang tidak dapat di pisahkan, karna kondisi fisik adalah suatu yang terpenting dalam membentuk 4 teknik dan mental pemain sepakbola. Kondisi fisik adalah suatu persyaratan yang di perlukan dalam usaha peningkatan prestasi atlet bahkan dapat di katakan sebagai keperluan dasar yang tidak dapat di tunda atau di tawar lagi. Kondisi fisik merupakan suatu komponen yang tidak dapat di pisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya (Dawud & Hariyanto, 2020).

Beberapa fase latihan berdasarkan kelompok umur. Untuk anak-anak usia 6 sampai 9 tahun disebut sebagai fase pengenalan, lalu fase pengembangan

skill di rentang usia 10 sampai 13 tahun, lalu terakhir ada rentang usia 14 sampai 17 tahun yang merupakan fase permainan. Peluncuran resmi Filosofi Sepakbola Indonesia dilakukan pada 9 November 2017 di Jakarta.

Idealis dan realistis dalam proses pembinaan SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung harus memiliki sifat dan cara berfikir atlet yang baik ketika atlet melakukan pembinaan latihan selama waktu yang telah ditentukan.

Dalam melakukan pembinaan banyak hal yang harus diperhatikan antara lain: atlet, pelatih, sarana dan prasarana, dan organisasi. Keempat elemen ini merupakan bagian yang fundamental yang harus dipenuhi dalam proses pembinaan sebuah klub. Komponen ini akan berkaitan antara satu sama lain dan saling membutuhkan. Maka dari itu semua pemangku kebijakan di klub perlu melengkapi dan menyediakan semua yang dibutuhkan. Atlet adalah orang yang akan mengikuti latihan yang diberikan agar dapat mengembangkan serta meningkatkan skill maupun kemampuan yang dimiliki yang pada akhirnya dapat meraih prestasi yang optimal.

Selain atlet, hal lain yang menunjang dalam pembinaan adalah sarana dan prasarana merupakan aspek penunjang yang sangat penting dalam pembinaan olahraga prestasi, karena tanpa didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, akan berpengaruh terhadap kelancaran proses pembinaan termasuk dalam melakukan latihan yang akan berdampak terhadap prestasi yang akan diraih. Oleh karena itu atlet harus memiliki sifat dan cara berfikir yang baik.

Olahraga merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, sejahtera, dan demokratis. Hal ini juga dijelaskan dalam Undang-Undang nomor 11 tahun 2022 tentang tujuan keolahragaan yang berbunyi : Keolahragaan harus mampu menjamin pemerataan kesempatan olahraga, peningkatan mutu, serta relevansi dan efisiensi manajemen olahraga secara berkelanjutan untuk menghadapi tantangan sesuai dengan tuntutan dan dinamika perubahan dalam keolahragaan, termasuk perubahan strategis di lingkungan internasional. Selain itu, Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional sudah tidak sesuai dengan perkembangan dan kebutuhan keolahragaan sehingga perlu diganti. Dasar hukum Undang-Undang ini adalah Pasal 20 dan pasal 28C ayat (1) Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945.

Dari kutipan di atas dapat dikemukakan bahwa pentingnya pembinaan dan perkembangan olahraga prestasi dengan berbagai cara seperti memberdayakan perkumpulan sepakbola. Untuk dapat mencapai tujuan di atas ditentukan beberapa komponen diantaranya daya tahan, kecepatan, kelincahan, koordinasi mata kaki, dan daya ledak otot tungkai serta peningkatan latihan secara teratur dan melakukan pembinaan melalui wadah organisasi masing-masing untuk tercapainya prestasi yang membanggakan.

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa prestasi olahraga sepakbola harus didukung oleh kualitas fisik dan teknik yang baik dengan cara memaksimalkan bakat dan teknik yang ada melalui pembinaan dan perkembangan program

latihan secara baik dan terencana agar dapat mencapai kondisi fisik yang terampil sehat jasmani dan rohani guna menghadapi masa depan terutama dibidang sepakbola.

Dalam rangka meningkatkan olahraga ini juga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat agar masyarakat Indonesia selalu memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar jasmani. Olahraga juga dilaksanakan untuk menghasilkan suatu prestasi yang bertujuan untuk memperoleh penghargaan dan mengharumkan nama bangsa baik secara nasional maupun internasional. Dimana untuk menghasilkan prestasi tersebut seorang atlet atau olahragawan harus berlatih dan bertanding agar bisa mencapai suatu prestasi yang maksimal.

Maka dapat disimpulkan jika pembinaan sepakbola dilakukan pada saat usia dini oleh SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung baik itu usia 6 tahun sampai usia 18 tahun, maka insyaallah akan muncul bibit-bibit pemain emas dan pemain profesional nantinya.

Oleh sebab itu olahraga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi. Hasil pencapaian prestasi yang baik maka dibutuhkan pembinaan yang terarah dan terorganisir.

(INPRES) NO 3 Tahun 2019 yaitu instruksi presiden tentang percepatan pembangunan persepakbolaan nasional. Ini berlaku pada tanggal 25 januari 2019. (menpora RI) Zainudin Amali untuk menjalankan intruksi presiden tentang pembangunan percepatan sepakbola nasional terus dilakukan. Kementerian

pemuda dan Olahraga Republik Indonesia (Kemenpora RI) meluncurkan program “Main bola yuk” melalui *Youth Fun Juggling Competition di Luxury Trans Studio*, Sabtu (28/11).

Melalui program tersebut para pemain usia dini pun akan berkompetisi melalui *Youth Fun Juggling Competition* untuk menarik minat dan mencari bakat anak-anak muda Indonesia di sepakbola, “katanya.

Menurut Menpora RI, sepakbola bukan hanya pertandingan kompetisi di lapangan. Karena itu, untuk semakin menumbuhkan minat terhadap sepakbola bagi anak-anak maka awal yang bagus adalah kemahiran dalam melakukan *juggling*. “di kampung-kampung, di mana saja ada namanya *juggling*. Maka dari itu, Kemenpora RI mewadahi dan memfasilitasi itu, walaupun anak-anak ini tidak bisa main di lapangan tetapi bisa menyalurkan hobinya dan bakatnya juga bisa kelihatan apalagi jika ada kompetisinya. Dan Menpora RI berharap, persepakbolaan nasional akan mendapatkan dukung secara penuh dari masyarakat. Jadi, bukan saja profesional yang ada klub, namun masyarakat pada umumnya ikut mendukung kegiatan ini. “ itulah tujuan Kemenpora RI melaksanakan *Youth Fun Juggling Competition*. Penyelenggaraan ini kami gelar di 36 kota dan kabupaten. Khususnya daerah yang sepakbola bergairah. Tidak menutup kemungkinan, ke depan di tempat lain juga akan kita gelar program semacam ini,” kata Menpora RI menambahkan.

Salah satu cabang olahraga yang perlu mendapat perhatian adalah sepakbola. Perkembangan sepakbola di Sumatera Barat sangat pesat. Hal ini

terbukti dari banyaknya SSB di Sumatera Barat yang melakukan pembinaan yang teratur, terarah, dan kontinue.

Dari sekian banyaknya SSB yang ada salah satunya adalah SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung. Di resmikan dan berdiri pada tanggal 25 Desember 2020. SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung melakukan latihan setiap tiga kali dalam seminggu pada hari : Senin, Rabu, dan Jum'at. Di lapangan Padang Galamo Jorong Batu Gandang, Negeri Limo Koto, Kecamatan Koto VII, Kabupaten Sijunjung. Setelah berdirinya SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung kemudian melakukan latihan selama enam bulan, setelah itu melakukan pertandingan-pertandingan yang di ikuti seperti : Tournament piala Padang peduli cup, Tetapi mengalami kekalahan pada babak penyisihan. Kemudian melakukan latihan lagi selama tiga bulan, setelah itu melakukan pertandingan piala bupati dharmasraya tetapi kemenangan hanya sampai empat besar atau semi final.

Hal ini terlihat pada saat mereka melakukan kejuaraan tersebut. Pada babak pertama tim SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung Masih dapat mengimbangi jalannya pertandingan. Para pemain dapat bekerjasama dengan baik, disiplin menjalankan tugas berdasarkan posisinya, dapat mengatur tempo permainan sehingga lahir peluang dan mencetak gol. Namun pada babak kedua para pemain mulai kehilangan bola, kesalahan-kesalahan sering terjadi, berakibat mereka tidak lagi disiplin menjalankan tugasnya dan tidak terlihat lagi kerja sama yang baik, sehingga sering lambat dan lengah dalam mengantisipasi serangan lawan, begitu juga passing kontrol kurang akurat, bola- bola speed selalu

ketinggalan, bola-bola atas sering kalah, pergerakan pemain terlihat kaku, penguasaan bola kurang baik, dan akhirnya sering kebobolan.

Karena itu prestasi Sepak bola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung menurun, dan juga Terlihat pada tahun 2021 saat itu SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung mengikuti pertandingan Sepak bola sekabupaten Sijunjung, Hasil dari pertandingan tersebut SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung kalah, Pada pertandingan tersebut terlihat pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung kelelahan yang di akibatkan karena 4 momen yaitu fisik, teknik, taktik, mental dan serta kurangnya gizi pemain. sehingga pada saat babak kedua membuat kedudukan pertandingan 2-0 yang di cetak pada babak kedua.

SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung sudah lama melaksanakan pembinaan tetapi belum bisa mencapai prestasi yang diinginkan. Rendahnya prestasi SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung ini disebabkan oleh banyak faktor diantara faktor-faktor tersebut ialah penguasaan kondisi fisik baik itu teknik, taktik, mental, serta kurangnya gizi pemain.

SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung sudah banyak mengikuti kejuaraan antar SSB yang dilaksanakan di Kabupaten Sijunjung. Prestasi atlet sepakbola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung walaupun proses latihannya terjadwal, dan atlet yang mempunyai teknik, taktik, mental, motivasi yang tinggi akan tetapi hasil yang diharapkan belumlah menggembirakan.

Berdasarkan observasi di atas, peneliti akan melihat kemampuan daya tahan, kecepatan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai atlet sepakbola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung pada saat ini. Hasil penelitian ini bisa dijadikan bahan pertimbangan guna mengambil keputusan dalam rangka peningkatan dan perkembangan kemampuan tim sepakbola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung dimasa yang akan datang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa variabel yang diduga mempengaruhi prestasi, variabel tersebut sebagai berikut :

1. Kondisi fisik
2. Teknik
3. Taktik
4. Mental
5. Gizi
6. Sarana dan Prasarana
7. Dana
8. Manajemen
9. Kualitas Pelatih

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka dalam penelitian ini hanya akan dibatasi pada kemampuan Kondisi Fisik . Meliputi komponen yang diteliti sebagai berikut:

- Kondisi Fisik pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan agar lebih fokusnya masalah diteliti, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

- Bagaimana kemampuan kondisi fisik pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini secara umum bertujuan untuk:

- Mengetahui komponen kondisi fisik pemain sepakbola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan diharapkan berguna bagi:

1. Penulis, sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan departemen
2. Pelatih sepak bola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung, sebagai pedoman dan informasi tentang kemampuan kondisi fisik pemain SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung.
3. Pelatih sepak bola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung, sebagai pedoman dalam menyusun program latihan kondisi fisik.
4. Pemain sepak bola SSB Putra Persebagan Junior Kabupaten Sijunjung sebagai pengetahuan dan pengalaman tentang kemampuan kondisi fisik

yang dimilikinya.

5. Peneliti lainnya, sebagai masukan dalam melanjutkan penelitian ini dengan kajian yang lebih mendalam terkait kondisi fisik pemain.
6. Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa.