

**TINJAUAN KONDISI FISIK PEMAIN SEPAK BOLA SSB TARUNA
MANDIRI U13-16 KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepelatihan
sebagai salah satu syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)*



**Oleh :
WAWAN KURNIAWAN
98362/2009**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

PERSETUJUAN PEMBIMBING
SKRIPSI

Judul : **Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Taruna Mandiri
U13-16 Kota Padang**
Nama : Wawan Kurniawan
NIM/BP : 98362/2009
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2015

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

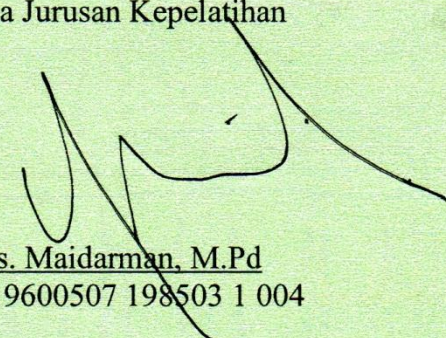


Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004



Drs. Zalfendi, M.Kes
NIP.19590602 198503 1 003

Mengetahui:
Ketua Jurusan Kepelatihan



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

PENGESAHAN TIM PENGUJI

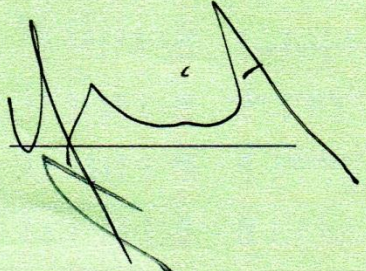
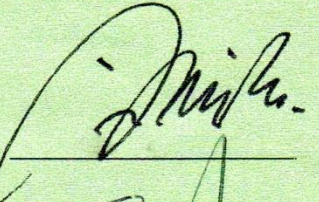
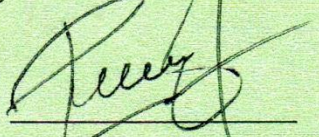
Nama : Wawan Kurniawan

NIM/BP : 98362/2009

Dinyatakan lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan Kepelatihan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Taruna Mandiri U13-16
Kota Padang

Padang, Desember 2015

Tim Penguji	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Maidarman, M.Pd	1. 
2. Sekertaris	: Drs. Zalfendi, M.Kes	2. 
3. Anggota	: Drs. Hermanzoni, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Padli, S.Si, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Romi Mardela, S.Pd, M.Pd	5. 

HALAMAN PERSEMBAHAN

Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan maka,
Apabila kamu telah selesai (dari semua urusan)
Kerjakanlah sungguh – sungguh (urusan) yang lain
Dan hanya kepada allah kamu berharap
(Qs : Al-Insyirah : ayat 6-8)

Terimas kasih atas segala nikmat yang enggau berikan untuk hambamu ini yabb, nikmat Allah SWT salah satunya nikmat iman dan nikmat islam sehinga saya menyelesaikan tugas akhir study ini, semoga mampu mengamalkan ilmu untuk masyarakat luas. Aminn

Terima Kasih untuk:

Kedua orang tua Bapak (Khanarun) dan mamah (Sutini) atas segala doa dalam setiap shalatmu, untuk anak-anakmu meraih segala yang diimpikan, kerja kerasmu mencari rezeki, kegigihan, kesabaran semua untuk ketiga anak-anakmu, semoga kami bisa berbakti menjadi anak yang soleh dan solehah, semoga kami bisa memberangkatkan kedua ke tanah suci, berikanlah panjang umur untuk kedua orang tua kami ya Allah SWT. Amin

Tiga saudara Wawan Kurniawan, Prada. Jajang Surya Dwi Nata, Tina Ratria Nita, semoga kami bsa selalu akur seperti yang diharapkn kedua orang tua kami.

Buat kesayangan_Ku yg cuantik “Fitri Sumiati” semangat “TA” nya Chayx, cepet rampogne ya, gek kito menatap masa depan heheee,,

Buat sahabat ku dikampung halaman Desa Wonorejo “Eko Reswana, yang banyak berbagi pengalaman dilapangan maupun dilingkungan, semangat trus Ko, tingkatkan prestasimu Ko, kito harus banyak-banyak belajar dari pengalaman nang, ojo kenal lelah, okee,,

Muhammad Fauzi, mokasi nang wes ngewangi bantu TA Aak, ayo kito buat tim Futsal kito jek, seng sepi kito gawe rame jek, seng rame kito gawe tambah rame, heheee,,

Untuk Wisma Sriwijaya

Banyak hal yang ku dapat dari sini, dari nol sampai skarang, bnyak manfaat untuk mengembangkan diri secara pribadi dan sosial.

Antok fkus kuliahnyo dx, seng akor karo okta dx, ojo diseneni terus oktane mengko dak nesu gak gelem tuku sambal' e tante meneh, gek seng giat lek kuliah tok, ojo akeh turu, contoh senior seng apik' e ae yo dx,,

Okta ojo kerah terus karo mas antok dx, ngunu-ngunu kan seniormu e dx, seng sabar lek ngadepi antok ki dx, ojo nesu-nesu,, yo gek digoyor tugase, jo dipekso dx, ko dak tambah kuru,,

Rolitu, bareng kito wisuda dx, tambahi eneh lek mangan nang, ben tambah lemu awak' e,, heee

Kembar Marli-Merli smngat 17 kuliahnyo, yg akor..okee...hee

K Didi, cepet nikah kk.. jangan ditunda-tunda k, gek ketinggalan yang lain,, hee

Justin Haris,, sesepuh wisma smngat begawe jngan lupo nikahnyo,,haa

Fredik Maret nang yoo, yang tegas mimpin rakyatnyo yo nang,, haa Adk2 15 (Akbar, Putra, Febri, Ardi, Arif) kompak slalu smngat di perkuliahan

Tim W0, semangat abg-abg sadonyo, jan kareh bana dilapangan, kompak trus abg-abg,,

Bg firman, banyak-banyak makasih wan bg, abg & kk udah terlalu bnyak bantu wan bg, abg dah wan angge bagian dari keluarga wan bg, makasi udah banyak bantu wawan bg,,

Buat Temen-temen Referee Khususya Sumsel & Sumbar semngat terus,,



Wawan Kurniawan, S.Pd

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Kondisi Fisik Pemain SSB Taruna Mandiri U13-16 Kota Padang” asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain, kecuali dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak dapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan 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 karna karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Desember 2015
Yang Membuat Pernyataan



Wawan Kurniawan
NIM. 98362/2009

ABSTRAK

Wawan Kurniawan : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola SSB Taruna Mandiri U13-16 Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kondisi fisik pemain Sepakbola SSB taruna mandiri kota padang. Didalam dunia olahraga khususnya dalam cabang sepakbola, seseorang perlu memiliki kondisi fisik yang prima berguna untuk meningkatkan kemampuan seperti teknik, taktik serta mental untuk menunjang prestasi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan, yaitu: Sepakbola taruna mandiri kota padang yang dilihat dari kondisi fisik, daya tahan aerobik, kecepatan, kelincahan, dan kekuatan.

Jenis penelitian ini digolongkan pada penelitian deskriptif, dengan populasi seluruh pemain sepakbola SSB taruna mandiri kota padang dengan jumlah 168 pemain. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling* sampel sebanyak 15 orang. Sedangkan analisis data menggunakan teknik presentase.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa kondisi fisik pemain sepakbola SSB taruna mandiri kota padang dilihat dari daya tahan *aerobic* pada presentase 100% pada interval <35 pada kriteria kurang sekali, kemudian kecepatan pada presentase 33% <4 - >4.6 pada kriteria baik sekali, kemudian kelincahan pada presentase 40% pada interval 14.98 - 16.39 pada kriteria cukup, serta kekuatan otot tungkai pada presentase 46,67% pada interval 2.03 - 1.70 pada kriteria kurang. Berdasarkan dari hasil penelitian, pemain sepakbola taruna mandiri kota padang belum memiliki kondisi fisik yang sangat baik.

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas petunjuk dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola SSB Taruna Mandiri U13-16 Kota Padang”**. Adapun tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan skripsi, penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan dan pengarahan baik moril maupun materil. Secara langsung maupun tidak langsung. Penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada ;

1. Bapak Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Padang dan juga sebagai Pembimbing I yang telah banyak menasehati dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Zalfendi. M.Kes sebagai Pembimbing II. yang telah banyak menasehati dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd. Padli, S, Si M. Pd. Romi Mardela, S. Pd, M.Pd. Selaku Dosen penguji yang memberikan saran dan keritikan yang membangun dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.
7. Bapak dan ibu staf Administrasi, Perpustakaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

8. Yang tercinta Ayah (Khanarun), Ibu (Titin Sutini), Adik (Jajang Surya Dwinata dan Tina Ratria Nita)
9. Rekan-rekan FKPMSS (Forum Komunikasi Pelajar Mahasiswa Sumatera Selatan di Sumatera Barat) salam perjuangan untuk SRIWIJAYA.
10. Rekan-rekan mahasiswa Jurusan Kepelatihan BP 2009 FIK UNP yang senasib dan sepenanggungan.

Semoga bantuan, bimbingan dorongan serta pengorbanan yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda di sisi Allah SWT. Amin.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat positif akan penulis terima dengan senang hati dan rasa terima kasih. Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca. Amin Ya Robbal Alamin.

Padang, Desember 2015

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Kegunaan Penelitian	8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	10
1. Sepak Bola	10
2. Hakekat Kondisi Fisik.....	13
B. Penelitian Yang Relevan.....	21
C. Kerangka Konseptual.....	22
D. Pertanyaan Penelitian.....	23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu	24
C. Populasi dan Sampel	24
D. Defenisi Operasional.....	25
E. Jenis dan Sumber Data	27

F. Instrumen Penelitian.....	28
G. Teknik Pengumpulan Data.....	28
H. Teknik Analisis Data.....	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan.....	41
C. Keterbatasan Penelitian.....	47

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	49
B. Saran.....	49

DAFTAR RUJUKAN.....	51
----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Atlet SSB Taruna Mandiri Padang.....	24
Tabel 2. Norma Standarisasi untuk Daya Tahan <i>Aerobic</i> (<i>VO2max</i>).....	29
Tabel 3. Norma Standarisasi Lari 30 meter	31
Tabel 4. Norma Lari Bolak-balik (<i>Shuttle Run</i>) 4x10 Meter.....	33
Tabel 5. Norma Lompat Jauh Tanpa Awalan (<i>Standing Broad Jump</i>)	34
Tabel 6. Hasil Uji Tes <i>Bleep</i>	36
Tabel 7. Distribusi Frekuensi <i>VO2max</i>	37
Tabel 8. Hasil Uji Tes lari 30 Meter	38
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Lari 30 Meter	38
Tabel 10. Hasil Uji Tes Lari Bolak Balik (<i>Shuttle Run</i>) 4 x 10 Meter	39
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Lari Bolak Balik (<i>Shuttle Run</i>) 4 x 10 Meter....	39
Tabel 12. Hasil Uji Tes Kekuatan Otot Tungkai	40
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Tungkai	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kesiapan Atlet.....	3
Gambar 2. Bagan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang	23
Gambar 3. <i>Test Vo2max</i>	29
Gambar 4. Tes Lari 30 Meter.....	30
Gambar 5. Lari Bolak-balik (<i>Shuttle Run</i>) 4x10 Meter.....	32
Gambar 6. Tes <i>Standing Broad Jump</i>	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Prediksi Nilai <i>VO2Max</i> untuk Tes <i>Multi Stage</i>	53
Lampiran 2. Formulir Perhitungan <i>Test Bleep</i>	55
Lampiran 3. Hasil <i>Blep Test</i>	56
Lampiran 4. Hasil Tes Kecepatan	57
Lampiran 5. Hasil Tes Kelincahan	58
Lampiran 6. Hasil Tes Kekuatan	59
Lampiran 7. Surat Penelitian FIK UNP	60
Lampiran 8. Surat Balasan Penelitian	61
Lampiran 9. Surat Uji Alat Penelitian	62
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian	63

BAB I

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 ini dimainkan oleh semua kalangan mulai dari masyarakat pedesaan, kalangan perkantoran, sampai pada warga perkotaan yang tinggal di komplek-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 tersentu ke daerah-daerah tanah air, kepada daerah diberikan kebebasan untuk mendirikan SSB pada setiap cabang olahraga 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.

Berbagai SSB olahraga di indonesia baik ditingkat Pusat, Propinsi dan daerah berperan dalam pembinaan atlet dalam UU RI NO 3 pasal 27 ayat 4 (2005:20) dijelaskan bahwa :

“Pembinaan dan perkembangan olahraga prestasi dilakukan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga prestasi yang dilakukan secara terpusat dan memnubuhkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah yang menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

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 faktor diantaranya komponen kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kekuatan serta peningkatan latihan secara teratur dan melakukan pembinaan melalui wadah organisasi 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 secara baik dan terencana agar dapat mencapai kondisi fisik yang terampil sehat jasmani dan rohani guna menghadapi masa depan terutama di bidang sepakbola.

Prestasi olahraga (*sports performen*) menurut Syafrudin (2011:75) merupakan hasil upaya maksimal yang dicapai seseorang olahragawan (atlet) atau sekelompok orang (tim/regu) dalam bentuk kemampuan menyelesaikan tugas-tugas dalam latihan maupun dalam kompetisi dengan parameter-parameter evaluasi yang jelas dan normal. Kemampuan seorang atlet tidak terlepas dari faktor-faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental yang semuanya berkesinambungan untuk menunjang kemampuan seorang atlet

baik olahraga individu maupun olahraga tim/regu, sesuai dengan bagan menurut Bompa, 1990:5 dalam Bafirman (2010:4) berikut:



Gambar 1. Bagan Kesiapan Atlet

Berdasarkan bagan diatas, kondisi fisik merupakan persiapan dasar yang paling dominan untuk melakukan penampilan fisik secara maksimal. Kondisi fisik menjadi dasar dalam meraih prestasi olahraga, dengan memiliki kondisi fisik yang bagus akan memudahkan untuk meningkatkan dan menyempurnakan teknik, taktik serta mental atlet. Dengan kemampuan kondisi fisik yang baik merupakan dasar untuk mempelajari dan meningkatkan keterampilan teknik, yaitu bentuk-bentuk keterampilan gerak dalam cabang-cabang olahraga.

Dalam kaitannya dengan menerapkan taktik/strategi kondisi fisik membuhkan unsur kondisi fisik dan teknik, rencana akan susah direalisasikan di lapangan apabila kondisi fisik dan teknik belum memadai. Dengan kata lain, kondisi fisik dan teknik merupakan persyaratan untuk menguasai penerapan taktik/strategi dalam pertandingan.

Di samping kondisi fisik, teknik dan taktik juga dibutuhkan kemampuan mental (psikis) yang baik, karena faktor mental dibutuhkan saat pertandingan. Saat pertandingan antar pemain mempunyai saling pengertian dan mepercayai satu sama lain, saling pengertian dan saling mempercayai merupakan sikap mental atlet yang baik yang tentu dibutuhkan dalam pertandingan.

Pelatih adalah komponen yang penting, karena proses pembinaan prestasi merupakan kegiatan belajar dan berlatih di lapangan setelah terjadi interaksi antara pelatih dengan atlet. Pelatih menduduki posisi kunci dalam menciptakan pembaharuan yang berasal dari luar. Pelatih dituntut untuk memiliki ciri-ciri antara lain: bersifat ilmiah, berperilaku inovatif dan kreatif.

Dalam sepakbola banyak faktor-faktor yang dibutuhkan dalam permainan sesuai dengan yang dikemukakan oleh Sajoto (1988:32) menyatakan : kondisi fisik adalah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi seorang, bahkan dapat dikatakan sebagai dasar landasan titik tolak awal olahraga berpertasi. dengan apa yang di katakan oleh Remy Muchtar (1995:29) yaitu adalah teknik dasar dalam permainan sepakbola antara lain : menendang, menahan, menyundul, menggiring, gerak tipu dan lemparan kedalam. Dan berikut ini adalah beberapa unsur kondisi fisik yang perlu dimiliki seorang pemain sepakbola yakni daya tahan *aerobic*, kecepatan, kelincahan, kekuatan, kelentukan,, Keseimbangan, power atau daya ledak, ketepatan, kordinasi, dan reaksi.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan pelatih diketahui bahwa para atlet SSB Taruna Mandiri, 2 tahun belakangan ini mengalami penurunan prestasi, telah banyak mengikuti kejuaraan di kota padang, piala Semen Padang, piala PSP, serta kejuaraan yang diadakan oleh ASCO kota padang, SSB taruna mandiri hanya mampu lolos sampai babak 8 besar, dan selebihnya hanya mampu sampai babak penyisihan, dari latihan maupun bertanding kemampuan teknik sudah cukup baik, namun kemampuan daya tahan pemain tidak begitu baik, dan upaya menciptakan gol selalu gagal.

Berdasarkan observasi peneliti di lapangan, saat liga FKKSP GROUP. SSB Taruna Mandiri U13-16 Kota Padang yang diadakan di lapangan Imam bonjol, bahwa SSB Sepakbola Taruna Mandiri belum berhasil mencapai hasil yang memuaskan. Daya tahan Pada saat pertandingan pemain hanya mampu menunjukkan permainan yang prima pada babak pertama. Pada babak kedua sudah mulai terlihat kelelahan, dan pada menit-menit terakhir ada yang mengalami kram pada bagian betis pemain, mestinya pemain mampu beraktifitas fisik selama 90 menit dalam satu pertandingan sepakbola. Kecepatan saat melakukan serangan balik ke daerah pertahanan lawan, SSB taruna mandiri sering kali digagalkan oleh pemain lawan untuk melakukan serangan balik. Kelincahan pada saat melakukan penetrasi ke daerah pertahanan lawan dengan *mendribbling* bola ke pertahanan lawan bola yang dikuasai pemain SSB taruna mandiri sering kali direbut lawan sehingga pemain gagal untuk mencetak gol. Kekuatan pada saat pemain SSB taruna mandiri melakukan *shooting* bola ke gawang lawan tidak mengenai target

atau gawang lawan, sehingga pemain SSB taruna Mandiri Gagal menciptakan gol. Kelentukan pada saat membuang bola dan mencetak gol dari tendangan sudut pertahanan lawan dengan *heading* yang dilakukan pemain SSB taruna mandiri tidak akurat, sehingga bola tidak mengenai target atau gawang lawan. Kemudian pelatih SSB taruna mandiri U13-16 Kota Padang selalu memperhatikan dan memberikan dorongan agar atlet SSB taruna mandiri bisa bermain dengan baik. Dan sarana dan prasarana yang dimiliki SSB taruna mandiri seperti: peralatan latihan yang lengkap, lapangan bola yang mendukung, bola, kun, dan lain-lain.

Berdasarkan dari pembahasan di atas, maka peneliti sangat tertarik untuk meneliti tentang kondisi fisik pemain SSB Taruna Mandiri U13-16 Kota Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Kondisi fisik dapat mempengaruhi prestasi pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri.
2. Teknik dapat mempengaruhi prestasi pemain sepakbola SSB Taruna Mandiri.
3. Taktik dan strategi dapat mempengaruhi prestasi pemain sepakbola SSB Taruna Mandiri.

4. Mental dapat mempengaruhi prestasi pemain sepakbola SSB Taruna Mandiri.
5. Pelatih dapat mempengaruhi prestasi pemain sepakbola SSB Taruna Mandiri.
6. Sarana dan prasarana dapat mempengaruhi prestasi pemain sepakbola SSB Taruna Mandiri.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah yang diteliti terlalu banyaknya komponen-komponen yang mempengaruhi dan rendahnya kondisi fisik Pemain Sepak Bola SSB Taruna Mandiri maka peneliti membatasi masalah pada :

1. Daya Tahan *Aerobik* pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri.
2. Kecepatan pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri.
3. Kelincahan pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri.
4. Kekuatan pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat daya tahan *aerobik* yang dimiliki pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang?
2. Bagaimana tingkat kecepatan yang dimiliki pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang?

3. Bagaimana tingkat kelincahan yang dimiliki pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang?
4. Bagaimana tingkat kekuatan yang dimiliki pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di atas maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui tentang :

1. Daya Tahan *Aerobik* yang dimiliki oleh pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang.
2. Kecepatan yang dimiliki oleh pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang.
3. Kelincahan yang dimiliki oleh pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang.
4. Kekuatan yang dimiliki oleh pemain Sepakbola SSB Taruna Mandiri Kota Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi :

1. Sebagai tugas mata kuliah metodologi penelitian I, untuk mendapatkan nilai akhir semester.
2. Sebagai pedoman bagi pelatih dan pembina olahraga khususnya pembina olahraga sepakbola.

3. Sebagai pedoman bagi atlet untuk meningkatkan kondisi fisik dalam permainan sepakbola.
4. Dapat memberikan informasi bagi para penelitian selanjutnya.