

ABSTRAK

Mustakim Marpaung. Profil Kondisi Fisik Atlet Futsal Sumut 2016 (Pembimbing : Drs. Mesnan, M.Kes., AIFO) Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2016.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui profil kondisi fisik atlet futsal Sumut tahun 2016. Fokus masalah dalam penelitian ini adalah berapa persen profil kondisi fisik atlet futsal Sumut tahun 2016 yang tergolong baik. Manfaat dari penelitian ini sebagai berikut: Sebagai dapat mengetahui keadaan kondisi fisik atlet futsal Sumut tahun 2016.

Penelitian dilaksanakan di Lab Fisik dan lapangan GOR Dispora. Objek penelitian adalah atlet futsal KONI SUMUT dengan sampel 12 orang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik tes dan pengukuran. Adapun tes pengukuran yang dilakukan meliputi tes WBR visual, WBR audio, Speed Anticipation, Leg Strength, Stork Balance Test, Agility, Lari 30 m, Lari 300 m, Vertical jump, Sit up, Medicine Ball, Duduk pada tembok dan Flexibility.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa atlet KONI SUMUT untuk kondisi fisik mencapai rentang skor 3,2, dan tingkat kondisi fisik atlet sebesar 64 % dengan kategori baik.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa profil kondisi fisik atlet futsal KONI SUMUT cabang olahraga futsal SUMUT 2016 sudah berada pada kategori baik. Pembinaan latihan fisik diperoleh dengan hasil baik. Hal ini menunjukkan hasil evaluasi yang telah dilakukan sesuai dengan program latihan yang telah ditetapkan.

Kata Kunci : Tingkat profil kondisi fisik atlet futsal Sumut

