

# SURVEI PROFIL KONDISI FISIK PEMAIN SEPAKBOLA PORPROV KABUPATEN SLEMAN TAHUN 2011

**Oleh: Fathan Nurcahyo  
POR-PJKR FIK UNY**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi profil kondisi fisik pemain sepakbola Porprov Sleman tahun 2011.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepakbola Porprov Sleman tahun 2011. Adapun jumlah pemain sepakbola Porprov Sleman pada tahun 2011 ini adalah 25 orang pemain. Instrumen yang digunakan untuk melakukan pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen dari tes A.C.S.P.F.T untuk taruna dan mahasiswa atau yang sederajat yang diterbitkan oleh Depdikbud dan Puskesjasrek tahun 1977 yang telah dimodifikasi dan diberi tambahan beberapa item tes. Adapun tes yang dimodifikasi tersebut memiliki 10 item tes yang terdiri dari tes kecepatan (dengan tes lari 35 meter, dari <http://www.brianmac.co.uk/speedtest.htm>), tes daya ledak (dengan tes lompat jauh tanpa awalan, dari Depdikbud, 1977), tes kekuatan (kekuatan otot perut dengan tes *sit-up* dan kekuatan lengan tangan dengan tes *pull-up*, dari Depdikbud, 1977), tes kelincahan (dengan tes *illinois agility run test*, milik Davis B., 2000, dalam <http://www.scribd.com/doc/45984412/kelincahan>) tes kelentukan (dengan tes *forward flexion of trunk*, dari Depdikbud, 1977), tes daya tahan jantung paru-paru (dengan tes *Balke*, dalam <http://www.brianmac.co.Uk/vo2max.htm#vo2>), tes keseimbangan (dengan tes *strok stand*, Johnson and Nelson: 1986 yang dikutip oleh David K. Miller, 2002), tes koordinasi (dengan tes koordinasi tangan, mata, dan kaki, milik Sridadi, 2010), tes aksi-reaksi (dengan tes aksi-reaksi, milik Panggung Sutopo, 2009). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase, serta menggunakan 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil kondisi fisik pemain sepakbola Porprov Sleman Tahun 2011 secara rinci adalah sebagai berikut: kategori kurang sekali sebanyak 0 orang (0,00 %), kategori kurang sebanyak 0 orang (0,00 %), kategori sedang sebanyak 8 orang (32,00 %), kategori baik sebanyak 17 orang (68,00 %), dan kategori baik sekali sebanyak 0 orang atau (0,00 %). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kondisi fisik pemain sepakbola Porprov Sleman Tahun 2011 masuk pada kategori "baik".

**FIK 021/PPI/L/2011**