

ABSTRAK

KONTRIBUSI KECEPATAN DAN DAYA TAHAN TERHADAP STAMINA (*SPEED ENDURANCE*) PADA ATLET UKM SEPAK BOLA UPI

Jamaluddin Malik
1104098

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia

Iman Imanudin¹
Nur Indri Rahayu²

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji kontribusi kecepatan terhadap stamina pada atlet UKM sepak bola UPI. Untuk menguji kontribusi daya tahan terhadap stamina pada atlet UKM sepak bola UPI. Untuk menguji perbedaan kontribusi kecepatan dan daya tahan terhadap stamina pada atlet UKM sepak bola UPI.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif. Jumlah sampel sebanyak 30 orang dengan penarikan sampel menggunakan *Simple Random Sampling*.

Untuk mengetahui dan menguji hipotesis, penulis menggunakan tes dan pengukuran sebagai alat pengumpul data dengan menggunakan instrumen tes lari 20 meter untuk kecepatan, 400 meter untuk stamina dan tes balke untuk daya tahan. Data-data yang diperoleh diolah dan dianalisis dengan pendekatan statistik dengan teknik analisis korelasi regresi sederhana dan *independent sample t-test*.

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, diketahui bahwa kecepatan memberikan kontribusi sebesar 18,7% dan daya tahan sebesar 13,2%. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kontribusi kecepatan dan daya tahan terhadap stamina pada atlet UKM sepak bola UPI.

Kata Kunci: Sepak Bola, Kecepatan, Daya Tahan, Stamina

ABSTRACT

SPEED CONTRIBUTION AND DURABILITY OF STAMINA (SPEED ENDURANCE) ON ATHLETES OF STUDENT ACTIVITY UNIT FOOTBALL IN UPI.

**Jamaluddin Malik
1104098**

**Faculty of Physical Education and Health
Indonesia University of Education**

**Iman Imanudin¹
Nur Indri Rahayu²**

The purpose of this study is to examine the contribution of speed to stamina on athletes of student activity unit of football in UPI. To examine the contribution of resistance to the athlete's stamina of student activity unit of football in UPI. To test the difference in the contribution rate to the stamina and endurance in athletes of student activity unit of football in UPI.

The method that used in this research is descriptive method. The total sample is 30 people and using *Simple Random Sampling*.

To know and test the hypothesis, the authors use test and measurement as a means of collecting data using test instruments for speed run 20 meters, 400 meters to test Balke's stamina and endurance. The data obtained were processed and analyzed with a statistical approach with simple regression correlation analysis techniques and *independent sample t-test*.

Based on the results of data analysis and processing, it is known that the velocity contributed by 18.7% and by 13.2% durability. From these results it can be concluded that there is a difference in speed contributes to stamina and endurance in athletes of student activity unit of football in UPI.

Keywords: Football, Speed, Endurance, Stamina.