

ABSTRAK

PERBANDINGAN KONDISI FISIK ATLET FUTSAL PELATDA JAWA BARAT PON XVIII TAHUN 2012 DENGAN ATLET FUTSAL PELATDA JAWA BARAT PON XIX TAHUN 2016

Pembimbing: Drs. Dudung Hasanudin Cholil

Andriyana Husni Alim

1304044

andriyanahusnialim22@gmail.com

Kondisi fisik merupakan satu dari sekian faktor yang dapat mempengaruhi prestasi. Kondisi fisik menjadi pondasi dari aspek - aspek latihan. Untuk itu penting sekali untuk seorang pemain memiliki kondisi fisik yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat kondisi fisik pada tim Futsal Pelatda Jawa Barat PON XIX 2016 dan membandingkannya dengan tim Futsal Pelatda Jawa Barat PON XVIII 2012 pada raihan prestasi yang didapat keduanya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *deskriptif*. Populasi penelitian ini adalah atlet futsal Pelatda Jawa Barat PON XVIII 2012 sebanyak 14 orang dan atlet futsal Pelatda Jawa Barat PON XIX 2016 sebanyak 16 orang. Semua populasi dijadikan sampel (*sampling jenuh*). Instrumen penelitian ini adalah tes kondisi fisik, yang terdiri dari 6 (Enam) item tes untuk atlet futsal Pelatda Jawa Barat PON XVIII 2012 dan 11 (Sebelas) item tes untuk atlet futsal Pelatda Jawa Barat PON XIX 2016 yaitu: *Modified Sit and Reach, Sit-Up, Flexometer, Stork Stand Balance Test, Trunk Lift, Push Up, Hurdle Jump, 12 Level Core Stability, Illinois Agility Test, Whole Body Reaction, Triple Hop, Shuttle Run 4m x 5*, lari 20 meter, *Bleep Test* dan *Vertical Jump*. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat disimpulkan; 1) Profil Kondisi fisik tim futsal Pelatda PON Jawa Barat XVIII tahun 2012 secara umum termasuk ke dalam kategori Kurang. Dengan skor rata - rata keseluruhan pemainnya yaitu 5,36. 2) Profil Kondisi fisik tim futsal Pelatda PON Jawa Barat XIX tahun 2016 secara umum termasuk ke dalam kategori Cukup. Dengan skor rata - rata keseluruhan pemainnya yaitu 6,68. 3) Terdapat perbedaan antara kondisi fisik tim futsal Pelatda PON Jawa Barat XVIII tahun 2012 dengan tim futsal Pelatda PON Jawa Barat XIX tahun 2016. Kondisi fisik tim futsal Pelatda PON Jawa Barat XIX tahun 2016 lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik tim futsal Pelatda PON Jawa Barat XVIII tahun 2012.

Kata Kunci: Perbandingan, Kondisi Fisik, Atlet, Tim Futsal Pelatda PON XVIII Jawa Barat 2012, Tim Futsal Pelatda PON XIX Jawa Barat 2016.

ABSTRACT

COMPARISON OF PHYSICAL CONDITION FUTSAL ATHLETES PELATDA WEST JAVA PON XVIII IN 2012 WITH FUTSAL ATHLETES PELATDA WEST JAVA PON XVIII IN 2012

Supervisor: Drs. Dudung Hasanudin Cholil

Andriyana Husni Alim

1304044

andriyanahusnialim22@gmail.com

The physical condition is one of several factors that can influence achievement. The physical condition of the foundation of the aspects - aspects of training. For it is very important for a player to have a good physical condition. The purpose of this study was to identify the level of physical conditions at the Futsal team Pelatda West Java PON XIX 2016 and compare it with the Futsal team Pelatda West Java PON XVIII 2012 on winning the achievements obtained both. The method used is descriptive method. The study population was futsal athletes Pelatda West Java PON XVIII 2012 as many as 14 people and futsal athletes PON XIX Pelatda West Java in 2016 as many as 16 people. All the population sampled (sampling saturated). The instrument of this study is to test the physical condition, which consists of 6 (six) the test items for athletes futsal Pelatda West Java PON XVIII 2012 and 11 (eleven) test items for athletes futsal Pelatda West Java PON XIX in 2016, namely: Modified Sit and Reach, Sit -Up, Flexometer, Stand Stork Balance Test, Trunk Lift, Push Up, Hurdle Jump, 12 Level Core Stability, Illinois Agility Test, Whole Body Reaction, Triple Hop, Shuttle run 4m x 5, ran 20 meters, Bleep Test and Vertical Jump , Based on the analysis and discussion of the results obtained, it can be concluded; 1) Profile Physical condition futsal team Pelatda West Java PON XVIII of 2012 generally fall into the category of Less. With a mean score - the overall average players is 5.36. 2) Profile Physical condition futsal team Pelatda West Java PON XIX 2016 generally fall into the category, please. With a mean score - the overall average players is 6.68. 3) There is a difference between physical condition futsal team Pelatda West Java PON XVIII in 2012 with the futsal team Pelatda West Java PON XIX in 2016. Physical conditions futsal team Pelatda West Java PON XIX in 2016 better than the physical condition of the futsal team Pelatda PON West Java XVIII in 2012.

Keywords: Comparison, Physical Condition, Athlete, Team Futsal Pelatda PON XVIII West Java, 2012, PON XIX Pelatda Futsal Team of West Java in 2016.