

ABSTRAK

Dandy mardiana. 2021 *“Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Latihan Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Atlet Ssb Gelora Karya Kota Jambi Di Masa Pandemi Covid-19.”* Jurusan pendidikan olahraga dan kepelatihan, Program Study Kepelatihan FKIP Universitas Jambi.
Pembimbing (1)) Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or. (2) Adhe Saputra, S.pd, M.Pd

Kata kunci : Tingkat Kebugaran Jasmani dan Latihan Keterampilan Bermain Sepakbola.

Selama ini belum pernah dilakukan penelitian secara ilmiah berkenaan dengan teori tentang perlunya kebugaran jasmani dan latihan keterampilan bermain sepakbola. Pelatih SSB Gelora Karya kelompok usia 10-12 tahun selama melakukan latihan belum pernah dilakukan evaluasi terhadap tingkat kebugaran jasmani dan latihan keterampilan bermain sepakbola, pelatih melakukan evaluasi dengan cara pengamatan saja sehingga pelatih belum mempunyai data sebenarnya mengenai perkembangan kebugaran jasmani dan teknik keterampilan bermain sepakbola.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat kebugaran jasmani dan latihan keterampilan bermain sepakbola pada atlet SSB Gelora Karya usia 10-12 tahun

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Data dalam penelitian ini diperoleh dari tes dan pengukuran yang dilakukan oleh tester terhadap testi. Sampel yang di gunakan dalam penelitian ini berjumlah 18 atlet.

Berdasarkan analisis data diperoleh: tingkat kebugaran jasmani dan latihan keterampilan bermain sepakbola atlet SSB gelora karya sebagian besar memiliki IMT terbanyak pada kategori normal sejumlah 12 orang (46,2%) dan paling sedikit pada kategori kurus sejumlah 6 orang (23,1%), memiliki tehnik dribbling terbanyak pada kategori baik sejumlah 11 orang (61,1%) dan 1 orang (5,6%) dalam kategori kurang.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani dan latihan keterampilan bermain sepakbola pada atlet SSB Gelora Karya termasuk dalam kategori baik dan sedang.