# TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PEMAIN FUTSAL DI DESA BAILANGU TIMUR KECAMATAN SEKAYU

Suhadi Setiawan

2020151110

# ABSTRAK

Tujuan melakukan penelitian ini untuk mengutahui tingkat kebugaran jasmani pemain futsal di desa bailangu timur kecamatan sekayu.Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deduktif dengan desaim penelitian survei. Menggunakan teknik *sampling purposive* merupakan teknik pengambilan sampel dari sumber data tertentu sampel diambil dengan kategori usia mulai dari 18-22 tahun. Sampel digunakan sebanyak 15 orang, merupakanpemain futsal di desa bailangu timur. Berdasarkan hasil dari penelitian ini ialah diperoleh hasil penelitian dan pembahasan diperoleh tingkat kebugaran jasmani pemain futsal di desa bailangu timur kecamatan sekayu sebagian besar berkategori yang berkategori sangat baik 0%, yang berkategori baik sebesar 20%, yang berkategori cukup 46,66%, yang berkategori kurang sebesar 33,33% dan yang berkategori kurang sekali 0%. Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani pemain pemain futsal di desa bailangu timur kecamatan sekayu adalah cukup..

Kata kunci: Tingkat Kebugaran Jasmani,Pemain Futsal.