ABSTRAK

SURVEI TINGKAT KONDISI FISIK KLUB FUTSAL KANTORPOS SUMENEP TAHUN 2019 2019. MOH. FADLILLAH

Kata kunci : Survei, Kondisi fisik, Futsal.

Klub Futsal Kantorpos adalah salah satu klub futsal yang bernaung dalam instansi kantor pos di Kabupaten Sumenep yang baru berdiri sejak dua tahun terakhir ini, para pemain klub futsal kantorpos rata-rata adalah karyawan pada instansi kantor pos kabupaten Sumenep. Untuk menjaga kondisi fisik serta meningkatkan kemampuannya, klub futsal kantorpos ini berlatih sekali dalam seminggu bertempat di Lapangan Masita Kebun Agung. Dari hasil wawancara penulis dengan salah satu official klub futsal kantorpos bahwa sudah ada beberapa turnamen dan kejuaraan yang diikuti, akan tetapi belum menunjukkan prestasi yang membanggakan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Tingkat Kondisi Fisik Klub Futsal Kantorpos tahun 2019.

Metode dalam penelitian ini penelitian deskriptif kuantitatif. peneliti ingin mendeskriptifkan mengenai fakta-fakta yang berupa hasil kondisi fisik pemain futsal kantorpos. Subjek penelitian ini adalah pemain futsal kantor pos yang berjumlah 10 orang. Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini adalah tes MFT, *sit-up*, kecepatan dan kelincahan.

Hasil penelitian bahwa hasil tes MFT(*Multystage Fitnes Test*) diperoleh rata-rata 38.11 dengan klasifikasi kurang, tes *sit-up* diperoleh rata-rata 34.3. dengan klasifikasi kurang, tes kecepatan (lari 30 meter) diperoleh rata-rata 4.695 dengan klasifikasi sedang dan tes kelincahan (*Shuttle Run*) diperoleh rata-rata 15.59 dengan klasifikasi kurang. sehingga dapat disimpulkan bahwa dayatahan pemain sepakbola Pamekasan FC dalam kategori **Sedang.** tingkat kondisi fisik klub futsal kantorpos Sumenep tahun 2019 masuk dalam kategori rata-rata kurang.