

RINGKASAN

PEMAHAMAN PELATIH, ORANGTUA, DAN ATLET TENTANG KAPASITAS AEROBIK MAKSIMAL (VO₂Max) PADA SEKOLAH SEPAKBOLA INDONESIA MUDA JAKARTA UTARA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pemahaman PELATIH, ORANGTUA, DAN ATLET TENTANG KAPASITAS AEROBIK MAKSIMAL (VO₂Max). Dilaksanakan di tempat Stadion Tugu Jakarta Utara, pada tanggal 29 Mei 2016. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *Purposive Sampling*. Dengan menggunakan sampel Pelatih, Orangtua, dan Atlet Sekolah Sepakbola Indonesia Muda Jakarta Utara yang berjumlah 50 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket yang bersifat tertutup, yaitu angket yang sudah disediakan pilihan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Teknik analisis data yang digunakan adalah menginterpretasikan setiap jawaban dari tiap butir pernyataan dan dari tiap dimensi dengan menghitung rata-rata jawaban dari tiap butir pernyataan dibagi jumlah responden.

Berdasarkan hasil angket pemahaman *pelatih, orangtua, dan atlet sekolah sepakbola Indonesia Muda Jakarta Utara* maka dapat disimpulkan bahwa terdapat sebanyak 36 responden (72%) memiliki pemahaman yang baik, 14 responden (28%) memiliki pemahaman yang cukup.

Kata kunci: pemahaman, kapasitas aerobik maksimal (vo₂max).

THE COMPREHENSION OF COACH, PARENTS, AND ATHLETES OF MAXIMUM AEROBIC CAPACITY (VO2MAX) AT INDONESIA MUDA FOOTBALL SCHOOL NORTH JAKARTA

ABSTRACT

Thesis of bachelor degree submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Sarjana Ilmu Keolahragaan in sport science, State University of Jakarta, on June 2016.

The purpose of the research is to find out how the coach, parents, and athlete comprehend the maximum aerobic capacity (vo2max). The research was held at Tugu stadium, North Jakarta on May 29, 2016. This research used descriptive method. In taking the samples, the writer used *Purposive Sampling* method. The writer took 50 persons including coaches, parents and athletes of Indonesia Muda football school, North Jakarta. The instrument that is used in the research is closed questionnaire, where the samples simply choose one of the choices given. The technique of data analysis is interpreting each answer from the question and dimensions by counting the average of the answer from each question and divided by the amount of the respondents.

According to the result of comprehension questionnaire of coaches, parents and athletes of Indonesia Muda football school, North Jakarta, so it can be concluded that there are 36 respondents (72%) have good comprehension and there are 14 respondents (28%) have good enough comprehension.

Kata kunci: comprehension, maximum aerobic capacity (vo2max).