

Perbandingan Intensiti Perlawanan di Kalangan Pemain Bola Jaring Universiti Teknologi Malaysia Mengikut Posisi Pemain

Ida Haryati Satibi, Syahrul Ridhwan Morazuki
Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia

Abstrak

Kajian ini dijalankan untuk membuat perbandingan intensiti perlawanan di kalangan atlet bola jaring mengikut posisi pemain penyerang, tengah dan pertahanan. Subjek kajian terdiri daripada 7 orang pemain bola jaring Universiti Teknologi Malaysia negeri Johor yang bermain mengikut posisi masing-masing. Kajian ini melibatkan 2 fasa pengujian iaitu Ujian Makmal (Fasa I) dan Perlawanan Simulasi (Fasa II). Fasa I melibatkan ujian di dalam makmal di mana subjek dikehendaki berlari di atas treadmill (Protokol Bruce) sehingga mencapai tahap keletihan maksimum, manakala Fasa II melibatkan permainan simulasi di mana subjek bermain mengikut posisi masing-masing dengan pasukan lain dalam tempoh 15 minit untuk 2 pusingan dengan sela masa rehat 3 minit (2 quarter). Dalam kajian ini, intensiti permainan diperolehi menerusi bacaan kadar nadi dan kadar kandungan asid laktik. Hasil dapatan kajian ini dapat menggambarkan intensiti permainan bola jaring mengikut posisi.