

ABSTRAK

Aldino Wira Praja. 2025 “Survei Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri 2 Kerinci Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal”. Program Studi Kepeleatihan Olahraga, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing (I) Dr. Muhammad Ali, S.Pd., M.Pd. (II) Anggel Hardi Yanto, S.Pd., M.Pd

Kata kunci: *Kebugaran Jasmani, Siswa SMP Negeri 2 Kerinci, Ekstrakurikuler Futsal*

Hasil pengamatan peneliti pada pemain Futsal Ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Kerinci pada saat bertanding masih banyak terlihat pemain yang lambat dalam bergerak saat merebut bola dari lawan, terutama pada babak ke dua, padahal latihan yang mereka lakukan sudah maksimal, namun dari keterangan pelatih, latar belakang pemain yang berbeda beda dan aktifitas keseharian juga berbeda, sehingga fisik yang mereka miliki pun berbeda. Melihat dari kondisi tersebut peneliti ingin melakukan penelitian yang bertujuan menganalisis kondisi fisik pemain, agar kekurangan kondisi fisik tersebut dapat di jadikan suatu tinjauan pelatih untuk lebih fokus pada kondisi kebugaran pemain.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui dan mendapatkan gambaran atau kenyataan yang sesungguhnya dari keadaan objek yang diteliti tanpa ada suatu maksud untuk mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum. sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian populasi secara *total sampling* karena jumlah populasi yang relative kecil sehingga semua jumlah populasi dijadikan sampel yang berjumlah 23 orang.

Berdasarkan analisis data hasil kebugaran tes lari 50 meter dari 13 orang yang memiliki kategori Baik Sekali sebanyak 1 orang dengan persentasi 8%, Baik sebanyak 10 orang dengan persentasi 77%, yang memiliki kategori sedang sebanyak 2 orang dengan persentasi 15%, kebugaran jasmani *standing broad jump* yang memiliki kategori baik baik sebanyak 3 orang dengan persentasi 23%, kategori sedang sebanyak 9 orang dengan persentasi 69%, kategori kurang sebanyak 1 orang dengan persentasi 8%, kebugaran jasmani tes baring duduk yang memiliki kategori baik sebanyak 8 orang dengan persentasi 62%, yang memiliki kategori sedang sebanyak 5 orang dengan persentasi 38%, kebugaran jasmani tes *Shuttle Run* yang memiliki kategori baik sebanyak 3 orang dengan persentasi 23%, yang memiliki kategori sedang sebanyak 9 orang dengan persentasi 69%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 1 orang dengan persentasi 8%.

Kesimpulan penelitian ini bahwa kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 2 Kerinci Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal pada kategori baik.