

ABSTRAK

SURVEI TINGKAT KONDISI FISIK EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMKN 1 KALIANGET TAHUN AJARAN 2018-2019: 2019. RAHMAN, TAUFIK.

Kata Kunci : Kondisi Fisik, Ekstrakurikuler, Futsal

Futsal SMKN 1 Kalianget belum meraih juara. Dengan intensitas latihan yang rutin seharusnya dapat mencapai prestasi yang maksimal tetapi pada kenyataannya para peserta ekstrakurikuler futsal ini tidak dapat prestasi maksimal dikarenakan fisik masih sangat kurang, mudah lelah saat pertandingan sehingga sering terjadi salah paham antar pemain dan kesalahan yang paling terjadi adalah kontrol bola yang kurang baik sehingga bola sering terlepas saat mendapat umpan dari teman, *passing* yang tidak akurat, sering terjadi salah umpan dan *dribbling* yang kurang baik terkadang membuat laju bola saat digiring lebih kencang dari pada pemain. tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui Tingkat Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Kalianget Tahun Ajaran 2018-2019.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan metode deskriptif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan, meringkaskan berbagai kondisi, situasi, atau berbagai variabel yang timbul dimasyarakat yang menjadi objek penelitian itu berdasarkan apa yang terjadi.. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler futsal SMKN 1 Kalianget sebanyak 10 orang.

Hasil analisis diperoleh diperoleh bahwa hasil tes MFT (*Multy Stage Fitnes Test*) diperoleh rata-rata 44.03 dengan klasifikasi sedang, tes *sit-up* diperoleh rata-rata 29.8. dengan klasifikasi kurang, tes kecepatan (lari 30 meter) diperoleh rata-rata 47.004 dengan klasifikasi sedang dan tes kelincahan (*Shuttle Run*) diperoleh rata-rata 14.141 dengan klasifikasi sedang. maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kondisi fisik peserta ekstrakurikuler futsal SMKN 1 Kalianget berkategori sedang yang diperoleh dari tes MFT, *sit-up*, kecepatan dan kelincahan.