ABSTRAK

TINGKAT KONDISI FISIK SISWA PUTRA PESERTA EKSRAKURIKULER FUTSAL SMAN 1 ARJASA TAHUN 2019. 2019.

ABD. RAHIM

Kata kunci : Kondisi Fisik, Ektrakurikuler, Futsal.

SMA NEGERI1 ARJASA mulai dari tahun 2015 hingga saat ini belum bisa memberikan prestasi yang optimal untuk sekolah SMA NEGERI1 ARJASA, terbukti dengan hasil yang mengecewakan saat mengikuti kejuaraan futsal 916 cup tahun 2019 yang hanya bisa lolos di fase grup. Perfoma siswa saat bertanding padahal kondisi fisik mempunyai peranan yang sangat penting saat bermain\bertanding untuk mencapai prestasi yang baik,memang kondisi yang prima tidak selau menjanjikan untuk sukses, namun tidak meiliki kondisi fisik yang baik hampir selalu cenderung mengakibatkan kegagalan dalam pertandingan Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimana tingkat kondisi fisik siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal SMAN I Arjasa 2019.

Metode dalam penelitian ini penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah siswa putra peserta eksrakurikuler futsal SMAN 1 Arjasa tahun 2019 yang berjumlah 25 siswa. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini adalah Tes kelincahan, tes kecepatan, tes MFT dan tes *vertical jump*.

Hasil penelitian kondisi fisik peserta eksrakurikuler futsal SMAN 1 Arjasa tahun 2019 yang meliputi Tes kelincahan rata-rata sebesar 15,30 dengan Kalsifikasi **kurang,** tes Kecepatan rata-rata sebesar 7,61 dengan Kalsifikasi **Baik**, Tes MFT rata-rata Vo2 Max 38,56 dengan klasifikasi **Sedang**, Serta tes *vertical jump* dengan rata-rata sebesar 44.84 dengan klasifikasi **Sedang**. Sehingga dapat disimpulkan rata rata kondisi fisik peserta eksrakurikuler futsal SMAN 1 Arjasa tahun 2019 klasifikasi **sedang**.