

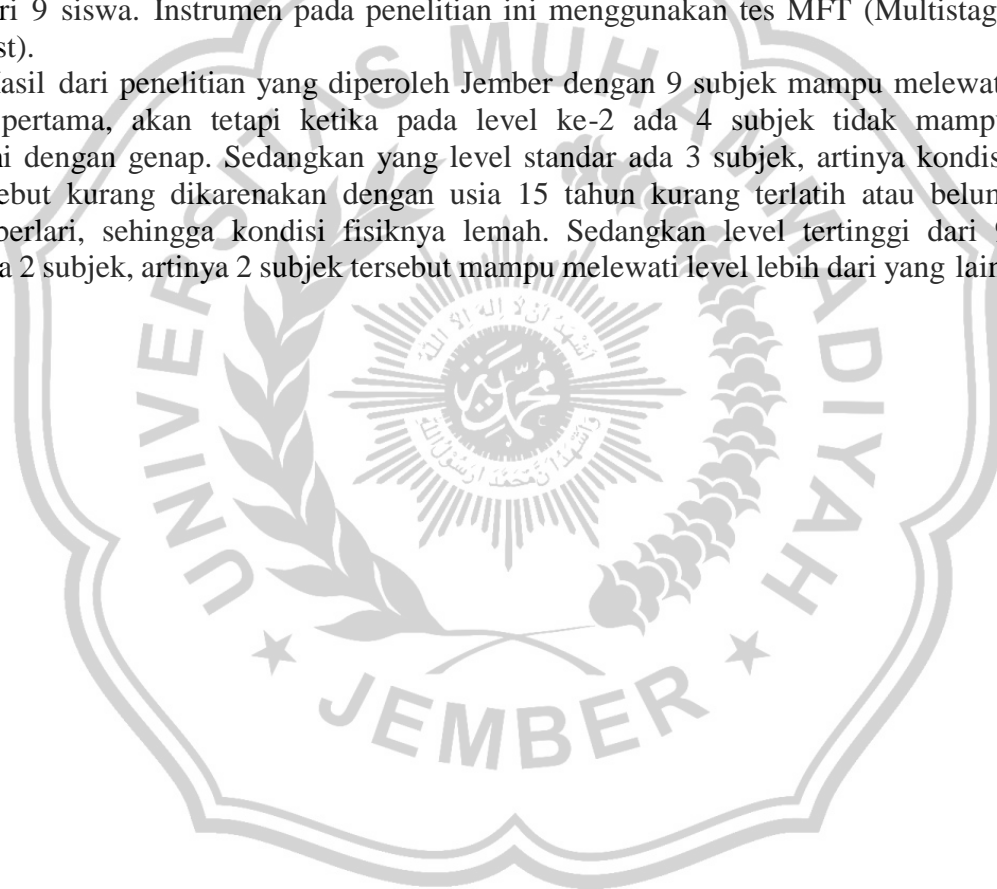
## ABSTRAK

Andana, Ahmad Pandu. 2023. *Analisis Kondisi Fisik Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Muhammadiyah 1 Jember*. Skripsi Progam Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember. Pembimbing (1) Dr. Lady Agustina, M.Pd. (2) Ahmad Sulaiman, M.Pd.

**Kata Kunci:** Kondisi Fisik, Ekstrakurikuler Futsal

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis kondisi fisik siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 1 Jember. Jenis penelitian ini metode deskriptif kualitatif. Metode deskriptif kualitatif adalah untuk memahami fenomena yang sedang terjadi secara alamiah dalam keadaan-keadaan yang sedang terjadi secara ilmiah. Sampel yang akan digunakan yaitu siswa ekstrakurikuler futsal SMP Muhammadiyah 1 Jember yang terdiri dari 9 siswa. Instrumen pada penelitian ini menggunakan tes MFT (Multistage Fitness Test).

Hasil dari penelitian yang diperoleh Jember dengan 9 subjek mampu melewati di level pertama, akan tetapi ketika pada level ke-2 ada 4 subjek tidak mampu memenuhi dengan genap. Sedangkan yang level standar ada 3 subjek, artinya kondisi fisik tersebut kurang dikarenakan dengan usia 15 tahun kurang terlatih atau belum terbiasa berlari, sehingga kondisi fisiknya lemah. Sedangkan level tertinggi dari 9 subjek ada 2 subjek, artinya 2 subjek tersebut mampu melewati level lebih dari yang lain.



## **ABSTRACT**

Andana, Ahmad Pandu. 2023. *Analisis Kondisi Fisik Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Muhammadiyah 1 Jember*. Skripsi Progam Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember. Pembimbing (1) Dr. Lady Agustina, M.Pd. (2) Ahmad Sulaiman, M.Pd.

**Keywords:** *Physical Conditions, Futsal Extracurricular*

*The purpose of this study was to analyze the physical condition of futsal extracurricular students at SMP Muhammadiyah 1 Jember. This type of research is a qualitative descriptive method. Qualitative descriptive method is to understand the phenomenon that is happening naturally in circumstances that are happening scientifically. The sample to be used is futsal extracurricular students at SMP Muhammadiyah 1 Jember consisting of 9 students. The instrument in this study used the MFT (Multistage Fitness Test) test.*

*The results of the research obtained by Jember with 9 subjects were able to pass the first level, but when at the and level there were 4 subjects who were unable to complete it. While at the standard level there are 3 subjects, meaning that the physical condition is lacking because at the age of 15 years they are not trained enough or are not used to running, so their physical condition is weak. While the highest level of 9 subjects is 2 subjects, meaning that these 2 subjects are able to pass more levels than the others.*