

ABSTRAK

Hidayatullah, Moh Syarif. 2024. Survei Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler futsal SMP Muhammadiyah 6 Wuluhan, Skripsi, Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Jember.

Pembimbing: (1) Dr Rizki Aprilianto,M.Pd (2) Bahtiar Hari Hardovi,M.Pd

Kata Kunci: Kebugaran Jasmani, Futsal, Tksi

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif untuk mengetahui kebugaran jasmani peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 6 Wuluhan. Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 6 Wuluhan pada bulan Mei 2024. Populasi penelitian adalah dua puluh anak yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 6 Wuluhan. Dengan menggunakan pendekatan sampling lengkap, sampel 20 siswa digunakan dalam penyelidikan ini. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI tahap D). Analisis data persentase deskriptif digunakan dalam metode analisis data ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 0% peserta dengan kategori Sangat Baik, 35% peserta dengan kategori Baik, 60% peserta dengan kategori Sedang, 5% peserta dengan kategori Kurang Baik, dan 0% peserta dengan kategori Kurang Baik. kategori Sangat Buruk. Tingkat kebugaran jasmani peserta ekstrakurikuler futsal SMP Muhammadiyah 6 Wuluhan termasuk dalam kelompok Sedang, berdasarkan temuan penelitian.

ABSTRACT

Hidayatullah, Moh Syarif. 2024. Physical Fitness Survey of Futsal Extracurricular Participants at Muhammadiyah Middle School 6 Wuluhan, Skripsi, Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Jember.

Pembimbing: (1) Dr Rizki Aprilianto, M.Pd (2) Bahtiar Hari Hardovi, M.Pd

Kata Kunci: Physical fitness, Futsal, TKSI

This research used quantitative descriptive methods to determine the physical fitness of futsal extracurricular participants at Muhammadiyah 6 Wuluhan Middle School. This research was conducted at Muhammadiyah 6 Wuluhan Middle School in May 2024. The research population was twenty children who took part in futsal extracurricular activities at Muhammadiyah 6 Wuluhan Middle School. Using a complete sampling approach, a sample of 20 students was used in this investigation. The tool used in this research is the Indonesian Student Fitness Test (TKSI stage D). Descriptive percentage data analysis is used in this data analysis method. The research results showed that there were 0% of participants in the Very Good category, 35% of participants in the Good category, 60% of participants in the Medium category, 5% of participants in the Poor category, and 0% of participants in the Very Bad category. The physical fitness level of futsal extracurricular participants at Muhammadiyah 6 Wuluhan Middle School is included in the Medium group, based on research findings.