

ABSTRAK

SUDIANSAH, 2023. **Profil Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 5 Kota Tasikmalaya**. Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya

Kondisi fisik sangat penting bagi atlet, dengan adanya kondisi fisik yang baik maka atlet akan mudah menguasai teknik-teknik dalam bermain basket dengan adanya kondisi fisik yang baik maka hal tersebut dapat mendukung atlet dalam pertandingan dan juga atlet akan bertanding dengan maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil kondisi fisik ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 5 Kota Tasikmalaya. Metode penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode deskriptif pendekatan kuantitatif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah cara tes komponen kondisi fisik yang di buat oleh Narlan dan Januar tahun 2020. Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik putra ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 5 Kota Tasikmalaya yang berjumlah 15 atlet di ambil sampel semua populasi. Hasil penelitian yang telah dikonversikan dengan nilai 74 dibagi ke dalam 9 tes menjadi 8,22. Berdasarkan rata-rata yaitu sebesar 8,22. Kesimpulan profil Kondisi fisik Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 5 Kota Tasikmalaya berada pada kategori “Baik”.

Kata Kunci : Profil, Kondisi Fisik, Ekstrakurikuler, Bola Basket.

ABSTRACT

SUDIANSAH, 2023. ***Profile of Extracurricular Basketball Physical Conditions at SMA Negeri 5 Tasikmalaya City.*** Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

Physical condition is very important for athletes, with good physical condition the athlete will easily master the techniques of playing basketball. With good physical condition this can support the athlete in the competition and the athlete will compete optimally. This study aims to determine the profile of the physical condition of extracurricular basketball at SMA Negeri 5 Tasikmalaya City. The research method used is a descriptive quantitative approach. The instrument used in this research was a test method for physical condition components created by Narlan and Januar in 2020. The population in this study was male extracurricular basketball students at SMA Negeri 5 Tasikmalaya City, totaling 15 athletes from which the entire population was sampled. The research results that have been converted with a value of 74 are divided into 9 tests to become 8.22. Based on the average, it is 8.22. Profile conclusion: The physical condition of Extracurricular Basketball at SMA Negeri 5 Tasikmalaya City is in the "Good" category..

Keywords: *Profile, Physical Condition, Extracurricular, Basketball.*