

ABSTRAK

Dede Romansyah. 2022. **Profil Kebugaran Jasmani Anggota Ekstrakurikuler Futsal Siswa SMP Negeri 1 Cimanggu**. Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani anggota ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 1 Cimanggu. Metode penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode kuantitatif deskriptif, Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI) untuk anak usia 13-15 tahun yang diterbitkan oleh dekdikbud tahun 2010 yang terdiri dari 5 tes antara lain: Lari cepat 50 m, Gantung sikuk, baring duduk (*sitt up*), *vertical jump*, dan lari jarak sedang 1000 m. Populasi dalam penelitian ini yaitu anggota ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 1 Cimanggu yang beranggotakan 21 orang, Dalam penelitian ini cara mengambil sampel dengan teknik total sampling, hipotesis dalam penelitian ini adalah Profil kebugaran jasmani anggota ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 1 Cimanggu Kurang.

Kata kunci : Profil, Kebugaran Jasmani, Ekstrakurikuler

ABSTRACT

Dede Romansyah. 2022. *Physical Fitness Profile of Members of the Futsal Extracurricular Students of SMP Negeri 1 Cimanggu*. Department of Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education. Siliwangi University, Tasikmalaya.

This study aims to determine the level of physical fitness of the futsal extracurricular members of SMP Negeri 1 Cimanggu. The research method used was descriptive quantitative method. The instrument used in this study was the Indonesian physical fitness test (TKJI) for children aged 13-15 years which was published by the Education and Culture Department in 2010 which consisted of 5 tests including: 50 m sprint, Hang elbows, sit up, vertical jump, and run a medium distance of 1000 m. The population in this study were members of the futsal extracurricular activities of SMP Negeri 1 Cimanggu, which consisted of 21 members. In this study, the method of taking samples was the total sampling technique. The hypothesis in this study was the physical fitness profile of members of the futsal extracurricular activities of students at SMP Negeri 1 Cimanggu Less.

Keywords : Physical Fitness, Extracurricular, profile