

Abstrak

Profil Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Futsal Tingkat Smp/Mts di Kecamatan Petanahan

Fathur Rohman, Topo Suhartoyo, Neva Widanita

Latar Belakang: Kondisi fisik merupakan komponen penting dalam olahraga, khususnya olahraga futsal. Futsal adalah olahraga yang dinamis, dimana para pemainnya dituntut untuk selalu bergerak dan dibutuhkan keterampilan teknik yang baik. Berdasarkan hasil observasi, belum terdapat pemantauan kondisi fisik secara berkala pada peserta ekstrakurikuler futsal SMP/MTs di Kecamatan Petanahan, sehingga pelatih dan peserta belum mengetahui secara pasti kondisi fisik yang dimiliki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik peserta ekstrakurikuler futsal tingkat SMP/MTs di Kecamatan Petanahan.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* menggunakan *survey* dengan instrumen tes dan pengukuran untuk melihat daya tahan, kecepatan, *power*, koordinasi, dan kelincahan. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler futsal di SMP/MTs se Kecamatan Petanahan. Penelitian dilaksanakan di SMP/MTs se Kecamatan Petanahan Kabupaten Kebumen pada bulan Oktober - November 2024. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS untuk menghitung mean.

Hasil penelitian: Dalam Penelitian ini didapatkan hasil skor rata-rata kecepatan 9,94 (kurang), kelincahan dengan rata-rata 11,81 (sangat baik), *power* dengan skor rata-rata 187 (sangat baik), koordinasi dengan skor rata-rata 13,58 (baik), daya tahan dengan skor rata-rata 35,49 (cukup).

Kesimpulan: Kondisi fisik siswa SMP/MTs se Kecamatan Petanahan, Kabupaten Kebumen memiliki nilai yang bervariasi dengan rata-rata komponen kelincahan dan *power* mendapatkan hasil sangat baik, sedangkan koordinasi mendapatkan hasil baik, sedangkan daya tahan dan kecepatan mendapatkan hasil masih di bawah normal.

Kata Kunci: Futsal, Kondisi Fisik, Siswa SMP/MTS

Abstract

Futsal Extracurricular Physical Condition Profile At Junior High School Level in Petanahan Sub-District

Fathur Rohman, Topo Suhartoyo, Neva Widanita

Background: Physical condition is an essential component in sports, especially in futsal. Futsal is a dynamic sport, where players are required to always move and require good technical skills and high determination. Based on observations, there has been no regular monitoring of the physical condition of futsal extracurricular participants at the SMP/MTs in Kecamatan Petanahan. This study aims to determine the physical condition of futsal extracurricular participants at the SMP/MTs in Kecamatan Petanahan.

Methodology: This study used a quantitative descriptive method with purposive sampling technique using a survey with test and measurement instruments to see endurance, speed, power, coordination, and agility. The population and sample of this research consisted of futsal extracurricular participants from SMP/MTs in Kecamatan Petanahan. The research was conducted at SMP/MTs in Kecamatan Petanahan, Kabupaten Kebumen, during October to November 2024. Data analysis was performed using SPSS software to calculate the mean.

Research results: The study found that the average speed score was 9.94 (less), agility had an average score of 11.81 (excellent), power had an average score of 187 (excellent), coordination had an average score of 13.58 (good), and endurance had an average score of 35.49 (fair).

Conclusion: The physical condition of SMP/MTs in Kecamatan Petanahan, Kabupaten Kebumen showed varied results, with the agility and power components achieving excellent scores, coordination falling into the good category, while endurance and speed were still below the normal level.

Keywords: Futsal, Physical Condition, Junior/Senior High School Students