

ABSTRAK

Handika Ma'Ruf (15086188) "Tinjauan Kondisi Fisik Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMK Negeri 1 Ampek Angket Kabupaten Agam"

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan kondisi fisik siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket diduga belum memiliki kemampuan dengan baik di SMK Negeri 1 Ampek Angket. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan kondisi fisik siswa ekstrakurikuler bola basket.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMK Negeri 1 Ampek Angket yang berjumlah 17 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 17 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap komponen-komponen kondisi fisik siswa bola basket di SMK Negeri 1 Ampek Angket meliputi daya tahan aerobik, kecepatan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Berdasarkan analisis data maka hasil penelitian tentang kemampuan kondisi fisik yaitu daya tahan aerobik ditemukan 3 orang (17,65%) kategori cukup, 10 orang (58,82%) kategori kurang, 4 orang (23,53%) kategori kurang sekali, dan tidak satu orangpun memiliki kategori baik sekali, baik dan sedang. Kecepatan ada 8 orang (47,06%) siswa memiliki kecepatan kategori baik, dan 7 orang (41,18%) kategori cukup, hanya 2 orang (11,76%) kategori kurang. Kelincahan ada 13 orang (76,47%) kategori sedang, dan 4 orang (23,53%) kategori kurang, dan tidak satu orangpun memiliki kategori baik sekali dan baik. Daya ledak otot tungkai ada 6 orang (35,29%) kategori baik, 8 orang (47,06%) kategori sedang, 2 orang (11,76%) kategori kurang, dan 1 orang (5,88%) kategori kurang sekali. Kemampuan kondisi fisik siswa dari 17 orang hanya 1 orang (5,88%) kategori baik sekali, 5 orang (29,41%) kategori baik dan 7 orang (41,18%) kategori sedang. Selanjutnya siswa yang memiliki kondisi fisik untuk kategori kurang ada 3 orang (17,65%) dan yang memiliki kondisi fisik untuk kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%). Dengan demikian dapat diartikan bahwa lebih dari sebagian sampel dalam penelitian ini belum baik kemampuan kondisi fisiknya.

Kata Kunci: Kondisi Fisik