ABSTRAK

Deka Julio, 2020:"Tinjauan Kesegaran Jasmani Siswa Ekstrakurikuler Bola voli di SMP N 16 Kerinci".

Masalah dalam penelitian ini adalah diperkirakan rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Bola voli di SMP N 16 Kerinci Oleh karena itu tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kondisi Tingkat Kesegaran Jasmani siswa Ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 16 Kerinci.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan tes dan pengukuran TKJI umur 13-15 tahun. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 16 Kerinci yang berjumlah 21 anak. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh hasil tingkat kesegaran jasmani siswa ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 16 Kerinci sebagian besar berkategori baik sekali 0%, yang berkategori baik 9,5 %, berkatagori sedang 23,8 %, yang berkategori kurang 57,1 %, yang berkategori kurang sekali 9,5 %.

Kata Kunci : Kesegaran Jasmani, Ekstrakurikuler.