

ABSTRAK

ZAGAT SALSA, 2026. **Profil Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Kondisi fisik merupakan salah satu faktor penting yang harus dimiliki oleh atlet karena berperan dalam menunjang penguasaan teknik dasar serta pencapaian performa optimal dalam latihan maupun pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil kondisi fisik peserta didik putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Instrumen penelitian menggunakan tes komponen kondisi fisik yang dikembangkan oleh Narlan dan Juniar (2020). Populasi dalam penelitian ini adalah 30 peserta didik putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya, dengan sampel penelitian berjumlah 12 orang pemain yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor total kondisi fisik sebesar 72 yang diperoleh dari sembilan item tes menghasilkan nilai rata-rata sebesar 8. Berdasarkan hasil tersebut, profil kondisi fisik peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya berada pada kategori “Baik”.

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

ABSTRACT

ZAGAT SALSA, 2026. ***Physical Condition Profile of the Volleyball Extracurricular Program at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya.*** Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

Physical condition is one of the essential factors that must be possessed by athletes, as it plays an important role in supporting the mastery of basic techniques and achieving optimal performance during training and competition. This study aimed to determine the physical condition profile of male students participating in the volleyball extracurricular activity at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya. The research employed a descriptive method with a quantitative approach. The research instrument used a set of physical condition component tests developed by Narlan and Juniar (2020). The population of this study consisted of 30 male students participating in the volleyball extracurricular activity at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya, with a research sample of 12 players selected using a purposive sampling technique. The results showed that the total physical condition score of 72 obtained from nine test items produced an average score of 8. Based on these results, the physical condition profile of the volleyball extracurricular participants at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya was categorized as “good”.

Keywords: Extracurricular, Physical Condition, Profile, Volleyball.