

ABSTRAK

Al Arif Rahman (2017) :Tingkat Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Santri Pondok Pesantren Darussalam Aur Duri Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya kebugaran jasmani dan status gizi santri Pondok Pesantren Darussalam Aur Duri Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani dan status gizi santri Pondok Pesantren Darussalam Aur Duri Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok.

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah Santri Pondok Pesantren Darussalam Aur Duri Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok yang berjumlah 194 orang, sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 40 orang yang diambil secara *Purposive Sampling* setelah dilakukan verifikasi data ditemukan 4 orang dari jumlah sampel tidak memenuhi syarat untuk dijadikan sampel, sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 36 orang. Pengumpulan data untuk kebugaran jasmani menggunakan tes TKJI 2010 Umur 13-15 tahun dan status gizi dilakukan dengan tes antropometri gizi, Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase rumus $P = F/N \times 100 \%$

Dari analisis data menunjukkan :1) Tingkat Kebugaran Jasmani santri termasuk kurang sekali; 2) Tingkat Kebugaran Jasmani santri putri tergolong kurang sekali; 3) Status gizi santri putra termasuk kategori kurus; 4) Status gizi santri putri termasuk kekatagori Normal..

Kata Kunci : Kebugaran Jasmani, Status Gizi