

ABSTRAK

Ikhsan (2017) : Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Berdasarkan Status Kegemukan Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status kegemukan Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status kegemukan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat.

Jenis penelitian adalah deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2017 di Sekolah Menengah Pertama Negeri Kecamatan Gunung Tuleh Kabupaten Pasaman Barat. Populasi dalam penelitian berjumlah 27 orang siswa. Penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 27 orang siswa. Untuk mendapatkan data kesegaran jasmani digunakan tes lari 1600 meter. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut : 1) Tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status kegemukan dari 11 orang siswa putra, 10 orang gemuk, klasifikasi baik sekali tidak ada, 1 orang klasifikasi baik. 4 orang klasifikasi cukup, 4 orang klasifikasi kurang dan 1 orang klasifikasi kurang sekali. dan 1 orang obesitas dimana klasifikasi baik sekali, baik, cukup tidak ada, 1 orang klasifikasi kurang dan klasifikasi kurang sekali tidak ada, 2) Tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status kegemukan dari 16 orang siswa putri, 13 orang gemuk, klasifikasi baik sekali dan baik tidak ada, 5 orang klasifikasi cukup, 6 orang klasifikasi kurang dan 2 orang klasifikasi kurang sekali. dan 3 orang obesitas dimana klasifikasi baik sekali, baik cukup tidak ada, 2 orang klasifikasi kurang dan 1 orang klasifikasi kurang sekali .

Kata Kunci : Tingkat Kesegaran Jasmani, Status Kegemukan