

ABSTRAK

Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMPN 3 Lubuk Basung yang Bermain *Game* dengan yang Tidak Bermain *Game*

Oleh: Jeifil Esa

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa kelas VIII SMPN 3 Lubuk Basung Hal ini terlihat pada hasil balajar siswa yang masih rendah (dibawah KKM). Hal in disebabkan berbagai factor, salah satunya karena rendahnya aktifitas fisik siswa yang disebabkan oleh bermain game (computer, *gatget*, *playstation*). Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan tingkat kesegaran jasmani siswa yang bermain game dengan yang tidak bermain game pada siswa kelas VIII SMPN 3 Lubuk Basung.

Penelitian ini berifat deskriptif dengan populasi penelitian siswa kelas VIII SMPN 3 Lubuk Basung sebanyak 10 lokal dengan 352 siswa. Teknik pengambilan sampel secara *Purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini 20 orang siswa yang bermain game dengan kategori diatas 2 jam perhari dan 20 siswa yang tidak bermain sebagai perbandingan. Teknik pengambilan data dengan pemberian kuisisioner/angket dan tes TKJI pada sampel yang telah ditentukan.

Berdasarkan hasil penelitian, rata – rata tingkat kesegaran jasmani siswa yang bermain *game* berada pada kategori **kurang**, begitu juga dengan yang tidak bermain *game*. Hal ini terlihat pada rata – rata nilai ksegaran jasmani siswa bermain game 11.40 segangkan siswa yang tidak bermain game 14.05. meskipun demikian terdapat perbedaan tingkat kesegaran jasmani antara siswa yang brmain game dengan siswa yang tidak brmain game. Hal ini brbanding lurus dengan hasil uji T yang dilakukan terdapat perbedaan tingkat kesegaran jasmani antara siswa yang brmain game dengan siswa yang tidak brmain game karena thitung (17.667) > ttabel (2.093) sehingga Ha diterima dan Ho ditolak.