

ABSTRAK

Tinjauan Kebugaran Jasmani Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Sekolah Dasar Negeri Se Kota Padang

Oleh: Muhammad Ridho Syaputra

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Kota Padang. Hasil observasi menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki oleh guru SD Negeri di Kota Padang masih tergolong rendah. Hal ini dapat dilihat pada saat proses belajar mengajar terjadi. Guru cenderung lebih banyak duduk dan tidak ikut beraktivitas bersama murid mereka selama jam pelajaran berlangsung.

Jenis Penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah Semua guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yang ada di Kota Padang. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling*. Data dalam penelitian ini bersifat primer, karena dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data secara langsung dengan cara melakukan tes kebugaran jasmani (*Cooper test*). Data persepsi pengurus dianalisis dengan tingkat capaian responden dengan menggunakan analisis skor ideal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, secara keseluruhan hasilnya menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Kota Padang diperoleh bahwa tingkat kebugaran jasmani guru-guru tersebut berada pada klasifikasi “Kurang”.