

ABSTRAK

ASEP MAYOGA 2017 : Tingkat Kesegaran Jasmani Anggota Pramuka Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh ditemukan beberapa kejanggalan yang ada kaitannya dengan kebugaran jasmani yang berkaitan dengan DEpDikNas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat kesegaran jasmani anggota Pramuka Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif yaitu mendiskripsikan, mengungkapkan dan menapsirkan data yang berhubungan dengan tingkat kesegaran jsmani anggota Pramuka. Populasi penelitian ini adalah anggota Pramuka sebanyak 15 orang yang dilaksanakan dilingkungan sekolah Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kabupaten Solok. Teknik pengambilan data penelitian ini adalah dengan tes dan pengukuran. Untuk mengukur tingkat kesegaran jasmani anggota Pramuka Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kabupaten Solok dipergunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis persentase.

Hasil penelitian berdasarkan deskripsi data, analisis data dan pembahasan maka, diperoleh hasil bahwa 15 orang anggota Pramuka Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kabupaten Solok. 0 orang (0%) memiliki kesegaran jasmani sangat baik, dikategorikan 15 orang (100%) memiliki kesegaran jasmani baik, dikategorikan 0 orang (0%) memiliki kesegaran jasmani sedang, dikategorikan 0 orang (0%) memiliki kesegaran jasmani kurang, dikategorikan 0 orang (0%) memiliki kesegaran jasmani kurang sekali.

Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kesegaran jasmani anggota Pramuka Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok memiliki kesegaran jasmani baik. Hal ini dapat diperhatikan dari beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani yang mana faktor – faktor tersebut menjadi perhatian oleh siswa-siswi anggota pramuka dan sekolah, sehingga terbentuklah tingkat kesegaran jasmani yang baik. Kemudian untuk lebih meningkatkan tingkat kesegaran jasmani kearah yang lebih baik sekali siswa-siswi anggota pramuka harus lebih ekstra memperhatikan faktor – faktor yang mempengaruhi tingkat kesegaran jasmaninya, motivasi-motivasi yang berkaitan dengan peningkatan kesegaran jasmani dan juga pihak sekolah perlu memberikan perhatian yang ekstra terhadap peningkatan kesegaran jasmani Anggota Pramuka Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Gunung Talang Kabupaten Solok .

Kata kunci : Tingkat Kesegaran Jasmani Anggota Pramuka