ABSTRAK

Mohammad Satrianda. (2018). "Studi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong"

Penelitian ini berawal dari kenyataan di sekolah bahwa masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahui tingkat kebugaran jasmani siswa putra SMA Negeri 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa putra SMA Negeri 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong.

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong sebanyak 278 orang. Sampel dalam penelitian ditetapkan dengan penentuan sampel secara *proportional random sampling* sebesar 10 % dari jumlah populasi kelas X dan XI, sehingga jumlah sampel didapat sebanyak 28 orang. Pengambilan data dilakukan melalui tes yang di standarisasikan berdasarkan norma tes TKJI usia 16-19 tahun. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis distribusi frekuensi *(statistik deskriptif)* dengan perhitungan persentase.

Hasil yang diperoleh dari temuan ini adalah dari 28 orang siswa sebanyak 2 orang siswa (7,14%) memiliki hasil TKJI dengan rentang nilai 18-21 klasifikasi baik, selanjutnya sebanyak 21 orang siswa (75%) memiliki hasil TKJI dengan rentang nilai 14-17 klasifikasi sedang, setelah itu sebanyak 5 orang siswa (17,86%) memiliki hasil TKJI dengan rentang nilai 10-13 klasifikasi kurang. Rata-rata untuk nilai (*mean*) = 14,50, dengan jumlah = 406. Berdasarkan hasil penelitian tersebut tingkat kebugaran jasmani siswa putra SMA Negeri 1 Curup Kabupaten Rejang Lebong berada pada kategori **Sedang.**

Kata kunci : Kebugaran Jasmani (TKJI)