

ABSTRAK

Riwaldi Putra, 2018. Status Gizi dan Kesegaran Jasmani siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Padang.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya kesegaran jasmani siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Padang. Rendahnya kesegaran jasmani ini diduga karena gizi yang kurang seimbang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi dan kesegaran jasmani siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Padang.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Padang yang berjumlah 660 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik stratified proporsional random sampling yaitu 10%. Maka didapatkan jumlah sampel sebanyak 66 orang. Untuk menentukan status gizi siswa menggunakan rumus $IMT = BB/TB^2$ dan kesegaran jasmani menggunakan test kesegaran jasmani Indonesia (TKJI) dan untuk teknik analisis data yaitu analisis deskriptif $P = f/n \times 100\%$

Status gizi siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Padang dalam penelitian ini dari 66 orang sampel maka diperoleh distribusi frekuensi 6,06% sangat kurus (4 orang), 18,18% kurus (12 orang), 59,09% normal (39 orang), 13,63% gemuk (9 orang) dan 3,03% obesitas (2 orang). Sedangkan hasil analisis kesegaran jasmani siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Padang menunjukkan bahwa dari jumlah frekuensi 6,06% kurang sekali (4 orang), 28,78% kurang (19 orang), 53,03% sedang (35 orang), 12,12% Baik (8 orang) dan kategori baik sekali tidak ada 0%

Kata Kunci : Status Gizi, Tingkat Kesegaran Jasmani