

## ABSTRAK

**Wahyudi Hudaya (2018) :Tinjauan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putri Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pariaman**

Masalah dalam penelitian ini adalah banyak siswa yang tidak semangat dan cepat lelah dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 2 Pariaman.

Jenis Penelitian ini adalah Deskriptif. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2018. Tempat Penelitian dilakukan di lapangan SMPN 2 Pariaman. Populasi penelitian berjumlah 449 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Disproportional stratified random sampling*, sampel berjumlah 24 orang. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah melakukan tes TKJI untuk umur 13 – 15 tahun, yang terdiri dari 1) lari 60 meter, 2) tes gantung siku tekuk (*pull up*), 3) tes baring duduk 60 menit, 4) loncat tegak, 5) lari 1000 meter. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk presentase dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$ .

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1) Tingkat kebugaran jasmani dari 24 orang siswa putri diperoleh hasil tingkat kebugaran jasmani tidak ada satupun siswa putri yang mencapai kategori baik sekali, tetapi 1 orang (4.1%) siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani dengan kategori baik, 1 orang (4.1%) siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani dengan kategori sedang, 21 orang (87.7%) siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani siswa dengan kategori kurang dan 1 orang (4.1%) yang memiliki tingkat kebugaran jasmani kurang sekali.