

ABSTRAK

Rezky Ramadhan Lindo. (Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra SMP Negeri 1 Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini adalah banyaknya siswa yang memiliki hasil belajar pendidikan jasmani dan kesehatan kurang optimal. Hal ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor seperti :Kesegaran jasmani, sarana dan prasarana, kinerja guru olahraga, faktor lingkungan, motivasi belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa di SMP Negeri 1 Kabupaten Pesisir Selatan.

Penelitian ini tergolong jenis penelitian Deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Kabupaten Pesisir Selatan sebanyak 164 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Purposive Sampling* yaitu siswa putra kelas VIII yang berjumlah 20 orang. Pengambilan data dilakukan dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia anak usia 13-15 tahun. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100 \%$.

Analisis data diperoleh sebanyak 2 orang (10%) berada pada kategori baik, sebanyak 4 orang (20%) berada pada kategori sedang, sebanyak 14 orang (70%) berada pada kategori kurang. Rata-rata berada pada tingkat kesegaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Kabupaten Pesisir Selatan berada pada klasifikasi kurang.

Kata Kunci : *Kesegaran Jasmani*