ABSTRAK

Nora Dwi Putri. 2019."Tinjauan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa di SMP Pembangunan Laboratorium UNP"

Masalah dalam Penelitian ini belum diketahuinya tingkat kebugaran jasmani siswa Putri SMP Pembangunan Laboratorium UNP. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan dan melihat tinjauan kebugaran jasmani siswa putri kelas VIII.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa putri kelas VIII di SMP Pembangunan Laboratorium UNP sebanyak 65 orang. Cara penarikan sampel adalah *total sampling*, dimana jumlah dari keseluruhan kelas VIII sebanyak 65 orang. Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia. Data yang diambil dianalisis dengan statistik deskriptif.

Dari hasil analisis deskriptif diketahui sebanyak 65 orang siswa putri, tidak ada satupun yang memiliki kebugaran jasmani kategori baik sekali, 1 orang (1.53%) siswa yang memiliki kebugaran kategori baik, 31 orang (47.69%) siswa yang memiliki kebugaran jasmani kategori sedang, 33 orang (50.76%) siswa yang memiliki kebugaran jasmani kategori kurang, tidak ada satupun siswa yang memiliki kebugaran jasmani kategori kurang sekali. Hasil penelitian tersebut menunjukkan tingkat kebugaran jasmani siswa dalam kategori kurang.

Kata kunci : Kebugaran jasmani