ABSTRAK

Rajes Septa Anwar. 2019: "Tinjauan Kesegaran Jasmani Siswa SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan". *Skripsi*.

Masalah dalam penelitian ini adalah belum terlaksananya pembelajaran PJOK dengan baik serta belum diketahui tingkat kesegaran jasmani siswa dilihat dari malasnya siswa saat proses belajar PJOK. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat kesegaran jasmani siswa SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Popolasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan. Populai dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII yang berjumlah 114. Teknik penarikan sampel penelitian ini adalah *purposive sampling* yang berjumlah 24 orang. Instrumen pada penelitian ini menggunakan tes, yaitu tes kesegaran jasmani untuk siswa usia 10-12 tahun. Teknik analisa data penelitian ini menggunakan teknik deskriptif presentasi.

Hasil Penelitian yakni : secara keseluruhan tingkat kesegaran jasmani siswa SMP N 3 Koto XI Tarusan Pesisir Selatan memiliki tingkat yang cukup dengan jumlah persentase sebesar 53.5%.

Kata Kunci : Tingkat Kesegaran Jasmani