

## **ABSTRAK**

### **Tinjauan Kesehatan Jasmani Siswa yang Mengikuti Kegiatan Pengembangan Diri di SMP Negeri 4 Batusangkar.**

**Oleh : Debi Nofrinando**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kesehatan jasmani siswa yang mengikuti kegiatan Pengembangan Diri di SMP Negeri 4 Batu sangkar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat kesehatan jasmani siswa yang mengikuti kegiatan pengembangan diri di SMP Negeri 4 Batu sangkar. Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang bertujuan mengungkapkan data yang berhubungan dengan tingkat kesehatan jasmani siswa yang mengikuti kegiatan Pengembangan diri di SMP Negeri 4 Batu sangkar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra dan putri yang mengikuti kegiatan Pengembangan diri di SMP Negeri 4 Batu sangkar, berjumlah sebanyak 64 orang. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*, sampel ditetapkan sebanyak dalam penelitian ini adalah 64 orang. Data dikumpulkan dengan melakukan pengukuran Tes Kesehatan Jasmani Indonesia (TKJI) kelompok usia 13 s.d. 15 tahun. Data dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif dengan metode persentase. Hasil penelitian berdasarkan deskripsi data, analisis data dan pembahasan, dari 64 orang sampel maka ditemukan 4 orang sampel atau 6,25% siswa berada pada kategori kesehatan jasmani baik, selanjutnya ditemukan 30 orang sampel atau 46,875% berada pada kategori kesehatan jasmani sedang dan 30 orang sampel atau 46,875% berada pada kategori kurang. Sedangkan tidak seorang pun siswa yang berada pada kategori baik sekali dan kategori kurang sekali. Dengan demikian diharapkan kepada orang tua siswa maupun guru penjas kes dapat memperhatikan dan membantu meningkatkan kesehatan jasmani siswa.