

## ABSTRAK

### **Hafiz Trifayan : Tinjauan Kelentukan Tubuh Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri Kota Payakumbuh**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan kondisi fisik siswa putra SMP Negeri Kota Payakumbuh. Kondisi fisik merupakan salah satu yang dibutuhkan saat melakukan seluruh aktifitas pembelajaran penjas terutama yaitu kelentukan tubuh . Tujuan dari penelitian ini apakah kelentukan siswa putra kelas VIII SMP Negeri Kota Payakumbuh bisa melakukan seluruh aktivitas pembelajaran penjas.

Penelitian ini tergolong pada jenis Deskriptif . Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas VIII SMP Negeri Kota Payakumbuh yang berjumlah 798 dari 10 SMP Negeri yang ada dipayakumbuh. Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive random sampling, pengambilan sampel di ambil sebesar 15%. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 119 siswa.. Pengambilan data dilakukan melalui tes Flexiometer (rukuk). Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis distribusi frekuensi (statistik deskriptif) dengan perhitungan persentase.

Berdasarkan analisis data ditemukan. Hasil kelentukan siswa putra SMP Negeri Kota Payakumbuh yang berada pada kategori sempurna  $>24\text{cm}$  (1 orang), pada kategori baik sekali sekitar  $18 - 23\text{cm}$  (4 orang), yang berada pada kategori baik sekitar  $12 - 17\text{cm}$  (28 orang), yang berkategori cukup sekitar  $6-11\text{cm}$  (49 orang), yang berada pada kategori kurang  $<5\text{cm}$  (37 orang). Berdasarkan hasil data kelentukan tubuh dari 119 orang siswa putra SMP Negeri Kota Payakumbuh, diperoleh standar deviasi 5,13, nilai rata-rata hitung (mean) adalah 8,68, nilai tertinggi 25,00 dan skor terendah 0,03, sedangkan variannya 26,35. Selanjutnya distribusi kategori kelentukan tubuh siswa putra kelas VIII SMP Negeri Kota Payakumbuh Dapat disimpulkan bahwa kelentukan tubuh siswa putra kelas VIII SMP Negeri Kota Payakumbuh masuk dalam kategori cukup.