

## ABSTRAK

### **M. Taufik Hidayat (2020): Tinjauan Tentang Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan**

Masalah dalam penelitian ini berawal belum diketahui tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 119 orang yang terdiri dari putra 58 dan putri 61. Sampel penelitian adalah siswa kelas VIII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 25 orang yang terdiri dari putra 12 dan putri 13, diambil dengan teknik *random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan alat ukur Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI), 2010. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan. yaitu, 1) Tingkat kebugaran jasmani siswa putra kelas VIII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan pada klafikasi kurang. 2) Tingkat kebugaran jasmani siswa putri kelas VIII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan pada klafikasi kurang. 3) Tingkat kebugaran jasmani siswa putra dan siswa putrid kelas VII SMP N 3 Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan pada klafikasi kurang.

**Kata Kunci : Tingkat Kebugaran Jasmani**