

ABSTRAK

Ari Prabowo Abadi, Motivasi Belajar dan Denyut Nadi Istirahat Siswa Putri Kelas X SMA PGRI 1 Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah penulis belum mempunyai data akurat tentang motivasi belajar dan kebugaran jasmani siswa SMA PGRI 1 Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi belajar dan kebugaran jasmani siswa putri SMA PGRI 1 Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah menengah atas PGRI 1 Padang yang berjumlah 135 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive random sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 34 orang siswa putri SMA PGRI 1 Padang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan: 1) motivasi siswa menggunakan kuesioner penelitian, dan 2) pengukuran denyut nadi istirahat selama 3 hari untuk mengukur kebugaran jasmani siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Motivasi siswa putri SMA PGRI 1 Padang berada pada kategori baik dengan persentase 76,78%, 2) Kebugaran jasmani siswa putri SMA PGRI 1 Padang berada pada kategori sangat kurang dengan rata-rata permenit 81 kali denyut nadi.

Kata kunci: MOTIVASI BELAJAR, DENYUT NADI ISTIRAHAT