

ABSTRAK

Survei Tingkat Kesehatan Jasmani Siswa Kelas XI IIS SMA Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang

Oleh: Aditya Saputra

Masalah dalam penelitian ini adalah, pembelajaran PJOK tidak berjalan secara optimal, Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kesehatan jasmani Siswa Kelas XI IIS SMA Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang

Jenis Penelitian ini adalah Deskriptif, Populasi dalam penelitian ini berjumlah 104 dengan sampel sebanyak 30 orang ditingkat umur 16-19 tahun. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik (*Simple Random Sampling*) yang berjumlah 30 orang. Pengambilan data dilakukan dengan Tes Kesehatan Jasmani Indonesia (Tes Lari 60 meter, Gantung Angkat Tubuh Putra, Gantung Siku Tekuk Putri, Baring Duduk, Loncat Tegak, dan Lari 1200 meter Putra, 1000 meter Putri). Analisis data dilakukan dengan teknik statistik deskriptif.

Hasil analisis data diperoleh, tingkat kesehatan jasmani Siswa Putra Dan Putri Kelas XI IIS SMA Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang secara keseluruhan tergolong pada klasifikasi kurang, yaitu pada rentang nilai 10-13.

Kata Kunci : Kesehatan Jasmani