

## **ABSTRAK**

### **Tinjauan Kebugaran Jasmani Remaja Desa Tampak Pincuran Tujuh Kelurahan Kalumbuk Kota Padang pada Masa Pandemi Covid-19**

**Oleh: Muhammad Fadil Araf**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kebugaran jasmani remaja Desa Tampak Pincuran Tujuh Kelurahan Kalumbuk Kota Padang. Jenis Penelitian ini adalah Deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah anak remaja putra di Kecamatan Kuranji Kelurahan Kalumbuk RW 005 RT 003 Tampak Pincuran Tujuh. Dengan populasi remaja yang masih duduk di bangku sekolah sebanyak 16 orang ditingkat umur 16-19 tahun. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sensus sampling yang berjumlah 16 orang. Pengambilan data dilakukan dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (Tes Lari 60 meter, Gantung Angkat Tubuh Putra, Baring Duduk, Loncat Tegak, dan Lari 1200 meter Putra). Analisis data dilakukan dengan teknik statistik deskriptif.

Hasil analisis data diperoleh : (1) tingkat kebugaran jasmani remaja desa Tampak Pincuran Tujuh Kelurahan Kalumbuk Kota Padang pada masa pandemi covid 19 secara keseluruhan tergolong pada klasifikasi kurang, (2) kemampuan lari cepat 60 meter pada klasifikasi kurang dengan rentang waktu 9,7” – 11” sebanyak 10 orang, (3) kemampuan gantung angkat tubuh putra pada klasifikasi kurang sekali dengan rentang nilai 0 - 4 sebanyak 12 orang, (4) kemampuan baring duduk putra berada pada klasifikasi baik dengan rentang nilai 30 – 40 sebanyak 7 orang, (5) kemampuan loncat tegak putra berada pada klasifikasi sedang dengan rentang nilai 50 – 59 cm sebanyak 6 orang, (6) kemampuan lari 1200 meter putra berada pada klasifikasi kurang sekali dengan rentang waktu diatas 6’34” sebanyak 13 orang.

**Kata Kunci : Kebugaran Jasmani**