

ABSTRAK

Sania Amalia Zikra, (2022): Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Tanjung Raya Kabupaten Agam.

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa SMP N 1 Tanjung Raya Kabupaten Agam. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui Status Gizi dan Kebugaran jasmani siswa Putra SMP N 1 Tanjung Raya Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu status gizi (X) dengan variabel terikat yaitu kebugaran jasmani (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP N 1 Tanjung Raya Kabupaten Agam yang mengikuti mata pelajaran PJOK yang berjumlah 105 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Dan jumlah sampel penelitian ini adalah 46 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan tes dan pengukuran terhadap berat badan dan tinggi badan, dan kebugaran jasmani dengan tes TKJI. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus korelasi product moment.

Dan hasil analisa data menunjukkan terdapatnya hubungan yang bermakna antara indeks masa tubuh dengan kesegaran jasmani ($r_{xy} = 22,74 > t_{tabel} 1,3$) pada taraf signifikan 0.05. Hal ini menunjukkan semakin tinggi skor status gizi maka kesegaran jasmani semakin baik.

Kata Kunci: Status Gizi, Kebugaran Jasmani, Siswa SMP