ABSTRAK

Perbandingan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa SMA Negeri 3 Pariaman dengan Siswa SMA Negeri 2 Padang.

OLEH : Riandi

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya semangat belajar kesegaran jasmani olahraga siswa SMA Negeri 3 Pariaman dengan siswa SMA Negeri 2 Padang.Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi tentang perbendingan tingkat kesegaran jasmani siswaSMA Negeri 3 Pariaman dengan SMA Negeri 2 Padang.

Jenis penelitian ini adalah *Expost facto* yang langsung diambil melalui teknik *testing*.Populasi dari penelitian ini adalah semua siswa SMA Negeri 3 Pariaman dengan SMA Negeri 2 Padang yang terdaftar pada tahun ajaran 2011/2012. Dengan teknik pengumpulan sampel adalah *Purposive random sampling* yaitu penarikan sampel berdasarkan pertimbangan peneliti. Kemudian diambil secara acak sesuai dengan jumlah siswa di setiap kelas yang berguna untuk menjadi sampel didalam penelitian. Maka sampel diperoleh dari jumlah populasi dikalikan 20%, dengan penyebaran siswa SMA Negeri 3 Pariaman sebanyak 23 orang dan siswa SMA Negeri 2 Padang22 orang sehingga didapat sampel berjumlah 45 orang. Pengambilan data yang digunakan adalah dengan tes mengukur tingkat kesegaran jasmani dengan instrument yang digunakan tes TKJI (Tingkat Kesegaran Jasmani Indonesia).Dengan item tes yaitu, lari 60 meter, angkat tubuh (*pull up*) 60 detik, baring duduk (*sit up*) 60 detik, loncat tegak (*vertical jump*) danlari 1200 meter.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagi berikut perbandingan tingkat kesegaran jasmani siswa SMA Negeri 3 Pariaman dengan Siswa SMA Negeri2Padang yaitu terdapat t_{hitung}5,01 sedangkan t_{tabel}1,676 dengan taraf signifikansi 0.05. berarti t_{hitung}5,01> t_{tabel}1,676 sehingga Ho ditolak, dan Ha diterima, jadi kesimpulannya terdapat perbedaan tingkat kesegaran jasmani siswa SMA Negeri 3 Pariaman dengan SMA Negeri 2 Padang.

Kata Kunci : Kesegaran Jasmani