

ABSTRAK

Tinjauan Kesehatan Jasmani Siswa Kelas Unggul dan Non Unggul di SMPN. 1 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman”

OLEH : Welsa Febrianto

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif, dimana bertujuan untuk meninjau tingkat kesehatan jasmani siswa kelas unggul dan non unggul di SMPN. 1 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMPN. 1 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan cara *sensus*, didapat jumlah sampel sebanyak 60 orang, dengan sebaran 26 orang siswa kelas unggul dengan sebaran 7 siswa putra dan 19 orang siswa putri, kemudian 34 orang siswa kelas non unggul dengan sebaran 19 orang siswa putra dan 15 orang siswa putri. Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur masing-masing kesehatan jasmani siswa. Data diambil dengan menggunakan tes Tingkat Kesehatan Jasmani Indonesia (TKJI), lari cepat 50 meter, angkat tubuh untuk putra, gantung siku tekuk untuk putri, baring duduk, loncat tegak, dan lari 1000 meter untuk putra dan 800 meter untuk putri.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif (tabulasi frekuensi). Dari analisis data diperoleh hasil:

- 1) Tingkat kesehatan jasmani siswa putra unggul SMP Negeri 1 Lubuk Alung dikategorikan kurang, dapat dilihat dari nilai rata-ratanya yaitu 12,14.
- 2) Tingkat kesehatan jasmani siswa putri unggul SMP Negeri 1 Lubuk Alung dikategorikan kurang, dapat dilihat dari nilai rata-ratanya yaitu 11,74.
- 3) Tingkat kesehatan jasmani siswa putra non unggul SMP Negeri 1 Lubuk Alung dikategorikan sedang, dapat dilihat dari nilai rata-rata yaitu 14,10.
- 4) Tingkat kesehatan jasmani siswa putri non unggul SMP Negeri 1 Lubuk Alung dikategorikan kurang, dapat dilihat dari nilai rata-rata yaitu 13,2.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kesehatan siswa kelas unggul baik putra maupun putri di SMPN. 1 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman tergolong kurang, sedangkan tingkat kesehatan jasmani siswa kelas non unggul di SMPN. 1 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman putra tergolong sedang sedangkan siswa putri non unggul tergolong pada tingkat kesehatan jasmani kurang. Oleh sebab itu perlu ditingkatkan pelajaran penjas dan mempelajari segala faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan jasmani siswa seperti menambah aktifitas fisik siswa dengan mengadakan ekstrakurikuler agar dapat menghasilkan kesehatan jasmani yang lebih baik lagi.