ABSTRAK

Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa SMP N 2 Kabupaten Solok Selatan.

OLEH : LUSIANA ELIZA,2012.

Masalah dalam penelitian ini belum diketahui kesegaran jasmani siswa SMP N 2 Kabupaten Solok Selatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa SMP N 2 Kabupaten Solok Selatan

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMP N 2 Kabupaten Solok Selatan sebanyak 462 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proportional stratified random sampling* sebanayak 10% yakni 46 orang siswa. Teknik pengambilan data tingkat kesegaran jasmani dilakukan dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI). Dan data dianalisis menggunakan teknik deskriptif yang menggunakan rumus $P = \frac{f}{n} x100$.

Hasil analisis data ditemukan 1) tingkat kesegaran jasmani siswa putra SMP N 2 Kabupaten Solok Selatan sebanyak 18,18%(4 orang) memiliki kesegaran jasmani kategori sedang, 68,18%(15 orang) memiliki kesegaran jasmani kategori kurang, dan 13,64%(3 orang) memiliki kesegaran jasmani kategori kurang sekali. 2) Siswa putri, 29,17%(7 orang) memiliki kesegaran jasmani kategori sedang, dan 70,83%(17orang) memiliki kesegaran jasmani kategori kurang. 3) Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa tingkat kesegaran jasmani siswa SMP N 2 Kabupaten Solok Selatan 23,91%(11orang) memiliki kategori sedang, 69,57%(32 orang) memiliki kategori kurang, 6,52%(3 orang) memiliki kategori kurang sekali.