

**STUDI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SMP  
NEGERI 1 TIGO NAGARI KABUPATEN PASAMAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

**WANGKY EFFENDI**  
**NIM. 2008/07024**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**2014**

**HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**

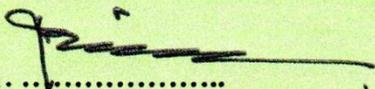
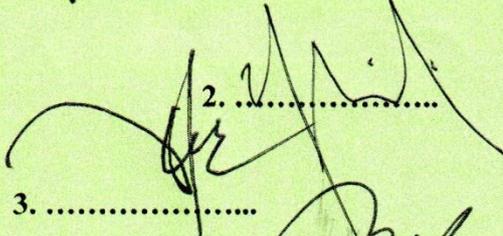
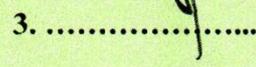
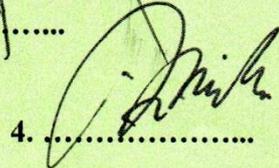
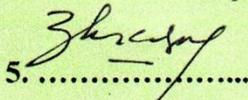
*Dinyatakan lulus setelah mempertahankan di depan tim penguji  
jurusan pendidikan kepelatihan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

**STUDI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SMP NEGERI 1 TIGO NAGARI  
KABUPATEN PASAMAN**

**Nama : WANGKY EFFENDI**  
**BP/NIM : 2008/07024**  
**Jurusan : Kepelatihan Olahraga**  
**Fakultas : Ilmu Keolahragaan**

**Padang, Juni 2014**

**Tim Penguji**

<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
<b>1. Ketua : Prof. Dr. Phil. H. Yanuar Kiram</b>	1. 
<b>2. Sekretaris : Drs. Maidarman, M.Pd</b>	2. 
<b>3. Anggota : 1. Drs. Yendrizal, M.Pd</b>	3. 
<b>2. Drs. Hermanzoni, M.Pd</b>	4. 
<b>3. Drs. Masrun, M.Kes AIFO</b>	5. 

## ABSTRAK

### **Wangky Effendi : Studi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman**

Kebugaran jasmani merupakan satu hal yang sangat bermanfaat untuk menunjang kapasitas kerja fisik anak yang pada akhirnya dapat meningkatkan hasil belajar siswa, namun karena aktivitas di luar jam sekolah yang terlalu banyak dan asupan gizi yang kurang membuat tingkat kebugaran jasmani siswa menurun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman menjelang mengikuti UN. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memperoleh informasi-informasi mengenai keadaan saat ini dan melihat kaitan antara variabel-variabel yang ada.

Populasi penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman yang berjumlah 240 orang (110 putera dan 130 puteri). Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Purposive Sampling* yaitu siswa putera saja yang berjumlah 29 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen TKJI (Tes Kebugaran Jasmani Indonesia) usia 13-15 tahun untuk putera. Tes tersebut terdiri dari item tes lari cepat 50 meter, tes gantung angkat tubuh 60 dtk, tes baring duduk 60 dtk, tes loncat tegak dan tes lari jarak 1000 meter. Analisis data menggunakan teknik analisis data deskriptif.

Dari analisis data diperoleh hasil bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman dari 29 orang sampel diperoleh 6 orang (20,7%) memiliki tingkat kebugaran jasmani berada pada klasifikasi baik, 12 orang (41,4%) memiliki tingkat kebugaran jasmani berada pada klasifikasi sedang, 11 orang (37,9%) memiliki tingkat kebugaran jasmani berada pada klasifikasi kurang dan rata-rata tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman berada pada klasifikasi sedang.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kemudahan kepada penulis. Sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Studi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman”. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu (S1) pada Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terimah kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. H.Yanuar Kiram, selaku Rektor Universitas Negeri Padang dan sekaligus sebagai pembimbing satu (1) dan penasehat akademik.
2. Bapak Drs. Arsil, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
3. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan sekaligus sebagai pembimbing II (dua).
4. Seluruh Staf dan Dosen Pengajar Jurusan Pendidikan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

5. Teristimewa buat kedua orang tua Ayahanda, Ibunda, dan Saudara-Saudara tercinta yang telah memberikan dorongan moril dan materil.
6. Dan seluruh rekan-rekan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritikan yang konstruktif dari semua pihak. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan taufik hidayah-Nya pada kita semua.

Padang, April 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>V</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. KAJIAN TEORI</b>	
A. Hakikat Kebugaran jasmani	
1. Pengertian kebugaran jasmani .....	10
2. Fungsi kebugaran jasmani.....	13
3. Ciri-ciri kebugaran jasmani.....	14
4. Komponen kebugaran jasmani .....	16
5. Mempertahankan kebugaran jasmani.....	27
B. Kerangka Konseptual.....	34
C. Pertanyaan penelitian .....	36
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	37

B. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	37
C. Populasi Dan Sampel .....	37
D. Defenisi Operasional.....	40
E. Jenis Dan Sumber Data.....	40
F. Teknik Pengumpulan Data.....	41
G. Istrumen Penelitian .....	42
H. Teknik Analisis Data.....	54
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi data.....	56
B. Hasil Penelitian .....	65
C. Pembahasan .....	66
<b>BAB V. PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	73
B. Saran .....	73
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>74</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>76</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi penelitian .....	38
Tabel 2. Sampel penelitian .....	39
Tabel 3. Tenaga Pengumpul Data.....	42
Tabel 4. Norma penilaian tes lari cepat 50 meter .....	45
Tabel 5. Norma penilaian tes gantung angkat tubuh 60 detik .....	47
Tabel 6. Norma penilaian tes baring duduk 60 detik .....	49
Tabel 7. Norma penilaian tes loncat tegak .....	51
Tabel 8. Norma penilaian tes lari jarak 1000 meter .....	53
Tabel 9. Norma Penilaian Tes Kebugaran Jasmani Indonesia.....	54
Tabel 10. Distribusi frekuensi kebugaran jasmani item lari cepat 50 meter .....	57
Tabel 11. Distribusi frekuensi kebugaran jasmani item tes gantung angkat tubuh 60 detik .....	58
Tabel 12. Distribusi frekuensi kebugaran jasmani item tes baring duduk 60 detik .....	60
Tabel 13. Distribusi frekuensi kebugaran jasmani item tes loncat tegak .....	62
Tabel 14. Distribusi frekuensi kebugaran jasmani item tes lari 1000 meter .....	63
Tabel 15. Analisis deskriptif tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman .....	65
Tabel 16. Skor Mentah Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman .....	76
Tabel 17. Nilai dan Klasifikasi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman .....	77

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka konsep tual .....	35
Gambar 2. Pelaksanaan lari cepat 50 meter .....	46
Gambar 3. Tes gantung angkat tubuh 60 detik .....	48
Gambar 4. Tes baring duduk 60 detik .....	50
Gambar 5. Pelaksanaan tes loncat tegak .....	52
Gambar 6. Tes lari jarak 1000 meter .....	53
Gambar 7. Histogram batang lari cepat 50 meter .....	57
Gambar 8. Histogram batang tes gantung angkat tubuh 60 detik .....	59
Gambar 9. Histogram tes baring duduk 60 detik .....	60
Gambar 10. Histogram batang tes loncat tegak .....	62
Gambar 11. Histogram batang tes lari jarak 1000 meter .....	64
Gambar 12. Histogram tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman .....	65

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk menciptakan manusia Indonesia yang memiliki SDM (Sumber Daya Manusia) yang mampu bersaing pada era globalisasi ini. Sebagai Negara berkembang, Negara Indonesia memiliki tekad dan lebih serius untuk memperbaiki kualitas pendidikan di Indonesia untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang memiliki SDA dan budaya yang maju.

Keseriusan pemerintah tersebut dituangkan di dalam UU RI Nomor 20 tahun 2003 Pasal 3 "Pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokrasi dan bertanggung jawab" (Depdiknas, 2003:98). Untuk mewujudkan pendidikan yang efektif dan efisien, maka pemerintah mempercayakan kepada masing-masing tingkatan sekolah (SD sederajat, SMP sederajat, SMA Sederajat) dan perguruan tinggi sebagai penyelenggara. Tiap-tiap jenjang pendidikan tersebut memiliki fungsi dan wewenang yang telah diatur dalam sistem pendidikan Nasional. Jenjang pendidikan tersebut diikuti oleh peserta didik secara berjenjang, mulai dari tingkat SD sederajat, melanjutkan ke SMP sederajat, melanjutkan SMA sederajat hingga ke Perguruan Tinggi.

Jika sekolah merupakan penyelenggara pendidikan, maka untuk mencapai tujuan pendidikan sebagaimana yang dituangkan dalam UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 3 tersebut merupakan tanggung jawab dari masing-masing mata pelajaran yang telah disusun di dalam kurikulum. Mata pelajaran yang termuat di dalam kurikulum memiliki peranan dan fungsi masing-masing, namun pada secara umum mata pelajaran tersebut memiliki tujuan yang sama. Oleh sebab itu, tiada alasan bagi kita untuk mengatakan bahwa salah satu mata pelajaran lebih baik dari mata pelajaran lainnya, atau ocehan lain mengatakan bahwa suatu mata pelajaran lebih penting dari mata pelajaran lainnya. Hal ini sangatlah keliru, sebab secara kusus masing-masing mata pelajaran memiliki fungsi dan peranan yang tidak sama.

Mata pelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan) merupakan salah satu mata pelajaran yang dimuat di dalam kurikulum pendidikan di Indonesia. PJOK telah diperkenalkan kepada peserta didik sejak sedini mungkin, mulai dari tingkat SD sederajat sampai ke perguruan tinggi. Menurut Rahyubi (2012:352) mengatakan “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, empati sosial, mengasah penalaran dan memperbaiki tindakan moral”.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan, jika guru mata pelajaran PJOK (Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan) mampu menciptakan pembelajaran dengan baik dan benar maka peserta didik memperoleh berbagai manfaat terhadap dirinya. Manfaat yang diperoleh oleh

peserta didik dari pembelajaran PJOK antara lain mampu menjaga dan meningkatkan kesehatan tubuh, menjaga kebugaran jasmani, memberi pengalaman-pengalaman motorik (keterampilan) dan membentuk karakter (sikap). Dalam hal ini, tujuan mata pelajaran PJOK memiliki keterkaitan atau manfaat terhadap mata pelajaran lainnya. Sebagai contoh, jika siswa memiliki kesehatan dan kebugaran jasmani yang prima tentu jasmani dan rohani peserta didik lebih siap untuk mengikuti mata pelajaran lainnya dengan baik dan benar.

SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman merupakan salah satu sekolah yang ikut aktif menyelenggarakan mata pelajaran PJOK di Kabupaten Pasaman. Sekolah tersebut merupakan salah satu sekolah yang diminati oleh masyarakat Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman, salah satu penyebabnya dikarenakan sekolah tersebut mudah dijangkau oleh transportasi umum. SMP Negeri 1 Kecamatan Tigo Nagari memiliki 2 orang guru mata pelajaran PJOK, yakni Agusmayenti, S.Pd (guru kelas VIII dan kelas IX) dan Nurleni, S.Pd (guru kelas VII). Pada tahun ajaran 2012-2013 sekolah tersebut mampu meluluskan peserta didiknya 100%, hal ini menandakan sekolah tersebut merupakan salah satu sekolah yang unggul.

Bapak Nasrullah, S.Pd merupakan kepala sekolah SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman. Wawancara yang peneliti lakukan pada saat observasi tanggal 9 Desember 2013 bersama beliau banyak mendapat informasi terkait dengan pembelajaran siswa di sekolahnya, terutama siswa kelas IX. Bapak Nasrullah, S.Pd banyak bertutur terkait dengan persiapan siswa kelas IX untuk menghadapi Ujian Nasional tahun ajaran 2013-2014 ini.

Berbagai persiapan telah dilakukan oleh pihak sekolah bekerja sama dengan orang tua siswa untuk melakukan persiapan tersebut, antara lain melakukan jam tambahan pada sore hari dan program belajar kelompok yang aktif diawasi oleh guru dan orang tua. Hal ini dilakukan untuk mempersiapkan seluruh peserta didik untuk menghadapi Ujian Nasional.

Dengan suasana keakraban dan ruangan kepala sekolah yang dihiasi oleh berbagai tropi membuat pembicaraan antara peneliti dengan orang nomor satu disekolah tersebut terus berlangsung. Terkait dengan segala persiapan yang dilakukan untuk siswa kelas IX, kepala sekolah tersebut mengutarakan beberapa masalah yang terjadi pada siswanya. Berdasarkan informasi dari guru mata pelajaran, kepala sekolah tersebut menceritakan bahwa siswa kelas IX sebagian besar tidak aktif mengikuti pelajaran tambahan pada waktu sore hari dan bahkan itu terjadi pada jam pelajaran wajib pada pagi hari. Dari pengamatan guru mata pelajaran, sebagian siswa terlihat sangat kelelahan untuk mengikuti jam pelajaran tambahan. Kelelahan tersebut terlihat dari raut wajah siswa dan mereka secara jujur mengatakan bahwa mereka sangat lelah dengan kondisi seperti ini. Tidak hanya itu, jika dilaksanakan upacara bendera pada hari senin, maka banyak diantara siswa tersebut yang tidak kuat mengikutinya, terutama siswa kelas IX. Sering kali siswa jatuh pingsan mengikuti kegiatan upacara bendera tersebut.

Berdasarkan informasi dari kepala sekolah SMP Negeri 1 Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman tersebut, kelelahan yang dialami oleh siswa kelas IX sekolah tersebut menurut peneliti tidak muncul dengan sendirinya,

artinya masalah tersebut disebabkan oleh berbagai faktor penyebab. Jika kita lihat pembelajaran yang dilangsungkan mulai dari pagi hari dan disambung sore harinya sebagai jam pelajaran tambahan diduga sangat melelahkan siswa. Meskipun secara fisik pembelajaran tersebut tidak menguras fisik, namun pembelajaran yang dilangsungkan tersebut dapat melelahkan psikis siswa. Kelelahan yang terjadi pada siswa dapat juga disebabkan oleh kecukupan asupan gizinya. Asupan gizi yang baik sangat ditentukan oleh makanan yang dimakan, dimana makanan yang dimakan bukan hanya sekedar makan namun makanan tersebut memenuhi unsur gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Sebab unsur gizi tersebut berguna bagi tubuh untuk menjalankan fungsi dari masing-masing organ tubuh. Menurut Clark (1996:3) mengatakan “makanan janganlah hanya sekedar mengatasi lapar namun makanlah makanan yang mengandung unsur gizi seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air”. Berdasarkan pendapat tersebut, jika kesibukan aktivitas siswa tidak iringi dengan asupan gizi yang cukup, maka faal tubuh tidak dapat menjalankan fungsinya dengan baik dan benar sehingga hal ini dapat menjadi pemicu kelelahan siswa yang luar biasa dalam melakukan berbagai aktivitas.

Kelelahan siswa dalam mengikuti pembelajaran tidak dapat juga dipungkiri oleh kompetensi guru dalam mengajar. Metode mengajar merupakan cara-cara yang digunakan oleh guru untuk menyajikan suatu materi dalam mata pelajaran tertentu untuk mencapai suatu tujuan. Guru mata pelajaran dituntut mampu menggunakan metode mengajar yang baik dan menyenangkan bagi siswa. Meskipun siswa mengalami kelelahan fisik yang

luar biasa, namun psikis siswa tersebut merasa terhibur dengan metode mengajar yang digunakan guru hal ini dapat mengatasi kelelahan fisik siswa. Namun hal ini juga berlaku sebaliknya, siswa yang mengalami kelelahan fisik dihadapkan dengan metode mengajar yang digunakan guru tidak menyenangkan bagi dirinya maka hal ini dapat memperparah kelelahan siswa.

Dari sekian banyak faktor yang menjadi penyebab kelelahan siswa kelas IX SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman menurut dugaan peneliti dominan dipengaruhi oleh tingkat kebugaran jasmani siswa tersebut yang berada pada tingkat yang tidak prima. Kebugaran jasmani siswa sangat erat kaitannya dengan kelelahan yang dialami oleh siswa dalam mengikuti pembelajaran. Menurut Syahara (2009:64) “Kebugaran jasmani diartikan sebagai kemampuan tubuh untuk melakukan kegiatan fisik maupun psikologis tanpa menderita kelelahan yang luar biasa dan masih memiliki tenaga untuk kegiatan fisik lainnya dalam mengisi waktu luang”. Dari pengertian kebugaran jasmani, maka kebugaran jasmani siswa kelas IX SMP 1 Negeri Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman harus dalam kondisi prima untuk mengikuti dan dalam masa persiapan UN (Ujian Nasional). Sebab kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan berbagai aktivitas tanpa mengalami kelelahan fisik yang berarti. Terkait dengan masalah yang terjadi pada siswa tersebut maka guru dan orang tua harus mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa atau anaknya. Berdasarkan hal tersebut, kelelahan yang terjadi pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman diduga di sebabkan oleh tingkat kebugaran jasmaninya yang rendah.

Oleh sebab itu penulis tertarik untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman melalui sebuah penelitian ilmiah.

#### **A. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, banyak faktor yang menyebabkan rendahnya hasil belajar siswa SMP Negeri 1 Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman pada saat mengikuti proses pembelajaran. Faktor penyebab tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman.
2. Kurangnya asupan gizi siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman.
3. Kurangnya motivasi siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman mengikuti aktivitas pembelajaran.
4. Metode mengajar yang kurang tepat di terapkan oleh guru SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman.
5. Banyaknya aktivitas yang dilakukan siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman di luar jam sekolah.

## **B. Pembatasan Masalah**

Mengingat begitu banyak penyebab rendahnya hasil belajar siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman, maka peneliti membatasi penyebab tersebut untuk diteliti. Penyebab dari rendahnya hasil belajar siswa yang akan diteliti yakni terkait dengan Tingkat Kebugaran Jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut. Bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman ?

## **D. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman.

## **E. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Bagi penulis sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) di jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai informasi bagi guru-guru SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman tentang keadaan kebugaran jasmani siswa untuk mempersiapkan siswa menghadapi UN (Ujian Nasional).

3. Sebagai informasi bagi orang tua siswa SMP Negeri 1 Tigo Nagari Kabupaten Pasaman untuk mempersiapkan siswa menghadapi UN (Ujian Nasional).
4. Sebagai bahan referensi perpustakaan, khususnya perpustakaan FIK UNP.