

## ABSTRAK

**ANDRE S PANJAITAN, NIM : 6133111011 PROFIL TINGKAT KEBUGARAN JASMANI INDONESIA SISWA SMP SE-KECAMATAN DOLOK PANRIBUAN KABUPATEN SIMALUNGUN TAHUN AJARAN 2017/2018.**

**Pembimbing : (HARIADY)**

**Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, Medan, 2018**

Kesegaran jasmani merupakan hal yang harus dimiliki oleh setiap manusia agar dapat melakukan aktivitas yang baik. Begitu juga dengan para siswa, mereka harus memiliki kondisi fisik yang baik agar dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Penelitian yang dilaksanakan di SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan Kabupaten Simalungun Tahun Ajaran 2017/2018 ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki siswa SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan Kabupaten Simalungun Tahun Ajaran 2017/2018.

Jenis penelitian ini adalah penelitian Deskriptif. Dalam penelitian tidak ada eksperimen yang dilakukan, hanya dilakukan pengujian sebanyak satu kali terhadap sampel dengan tujuan untuk melihat tingkat kebugaran jasmani siswa-siswi SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan Tahun Ajaran 2017/2018. Populasi penelitian adalah seluruh siswa/siswi SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan Tahun Ajaran 2017/2018 yang berjumlah 477 orang. Sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 3 sekolah yaitu SMP Negeri 1 Dolok Panribuan, SMP Negeri 2 Dolok Panribuan, dan SMP Negeri 4 Dolok Panribuan dengan jumlah siswa sebanyak 72 orang secara cluster random sampling. Instrumen yang digunakan untuk melihat tingkat kebugaran jasmani adalah pedoman buku Tingkat Kebugaran Jasmani Indonesia untuk remaja 13-15 tahun oleh Departemen Pendidikan Nasional Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi Jakarta.

Melalui tes yang dilakukan untuk melihat tingkat kebugaran jasmani siswa remaja SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan didapatkan hasil bahwa nilai rata-rata kesegaran jasmani siswa berada pada kategori sedang dengan rata-rata 14,90 dengan deskripsi siswa yang memperoleh nilai kategori Baik Sekali 0 orang (0%), Baik 7 orang (9,72%) Sedang 47 orang (65,27%), Kurang 18 orang (25%), dan Kurang Sekali 0 orang (0%). Diambil kesimpulan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan Kabupaten Simalungun Tahun Ajaran 2017/2018 memiliki kebugaran jasmani pada kategori sedang dengan rata-rata nilai 14,90.

*Kata kunci: SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan dan Kebugaran jasmani*