

ABSTRAK

NIA RAHMAYANI HSB. “ANALISIS KEBUGARAN JASMANI di MASA PANDEMI COVID-19 PADA SISWA SMP KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH 07 MEDAN TAHUN 2021”.

(Pembimbing : Rima Mediyana Sari)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana Kebugaran Jasmani di Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa SMP Kelas VIII Muhammadiyah 07 Medan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 07 Medan yang berjumlah 182 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 07 Medan yang berjumlah 15 orang yang terdiri dari laki-laki sebanyak 13 siswa dan perempuan sebanyak 2 siswi. Cara pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Teknik pengambilan data menggunakan pengukuran dan angket. Instrument yang digunakan dengan Tes TKJI usia 13-15 tahun untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani dan menggunakan angket sebagai pendamping.

Hasil penelitian menyatakan sebanyak 61,54% atau 8 siswa laki-laki yang memiliki kebugaran jasmani dalam kategori (kurang), sebanyak 38,46% atau 5 siswa laki-laki yang memiliki tingkat kebugaran jasmani dalam kategori (kurang sekali), dan sebanyak 100% atau 2 siswi perempuan yang memiliki tingkat kebugaran dalam kategori (kurang sekali). Tingkat kebugaran jasmani di masa pandemi covid-19 pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 07 Medan yang mengikuti tes TKJI sebagian besar masuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak 8 siswa, yang masuk dalam kategori kurang sekali yaitu 7 siswa. Kesimpulan dari penelitian ini adalah rendahnya tingkatnya kebugaran jasmani di masa pandemi covid-19 pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 07 Medan dibuktikan dengan (TKJI) dan angket membuktikan bahwa mereka menjalani kebiasaan hidup yang kurang sehat dan produktif. Hal-hal tersebut dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal seperti kegiatan diluar rumah, makanan, gizi, kebiasaan, dan lingkungan.

Kata kunci : *kebugaran jasmani, siswa, pandemic covid-19*