

ABSTRAK

NURUL WINDA SAPUTRI PURBA. *Survey Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri Sekecamatan Bosar Maligas Kabupaten Simalungun Pada Tahun 2018.* (Pembimbing SABARUDDIN YUNIS BANGUN).

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Medan. 2018

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh belum adanya data yang menunjukkan tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri dan belum pernah diadakannya tes untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri Sekecamatan Bosar Maligas Kabupaten Simalungun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri Sekecamatan Bosar Maligas Kabupaten Simalungun.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri Sekecamatan Bosar Maligas dengan jumlah 646 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri Sekecamatan Bosar Maligas dengan jumlah 120 siswa yang diambil 20% dari jumlah populasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara tes yaitu tes lari multistage fitness test. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif persentase.

Data hasil penelitian yang telah diklasifikasi menunjukkan tingkat kebugaran jasmani siswa yang berada pada klasifikasi sangat kurang yaitu sejumlah 109 siswa (90,83%), 8 siswa (6,67%) klasifikasi kurang, 3 siswa (2,5%) kategori cukup baik, dan 0 siswa (0%) klasifikasi baik, baik sekali maupun istimewa. Dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri Sekecamatan Bosar Maligas Kabupaten Simalungun berada pada kategori sangat kurang.