

ABSTRAK

PERBEDAAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI ANTARA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 KOTA AGUNG DI PESISIR DENGAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 SUMBEREJO DI PEGUNUNGAN

Oleh

SATRIA KUSUMA

Dengan adanya perbedaan tempat tinggal baik di pesisir maupun pegunungan seharusnya tidak menghalangi siswa untuk melakukan aktivitas fisik, perbedaan aktivitas di luar sekolah di daerah pesisir dan pegunungan memiliki perbedaan yang mengakibatkan kebugaran jasmani siswa tidak maksimal, daerah pesisir kurang aktif dalam kegiatan aktivitas fisik maupun olahraga sedangkan daerah pegunungan ketika pulang sekolah siswa membantu pekerjaan orang tua dan melakukan kegiatan di sore hari dengan berolahraga secara rutin. Daerah pesisir dan pegunungan juga memiliki persamaan yaitu bermain gadget sehingga beberapa siswa kebugaran jasmaninya tidak di latih secara maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kebugaran jasmani siswa sekolah menengah pertama di pesisir dan pegunungan.

Penelitian ini adalah *expost facto* dengan cara pengambilan data menggunakan test *multistage fitness test* (MFT). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa putra dan putri kelas VIII SMP Negeri 1 Kota Agung berjumlah 40 orang dengan siswa putra putri kelas VIII SMP Negeri 1 Sumberejo yang berjumlah 40 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebugaran jasmani siswa putra pegunungan dengan jumlah skor 600,89 sedangkan siswa putra pesisir dengan jumlah skor 511. Kebugaran jasmani siswa putri pegunungan dengan jumlah skor 486,4 sedangkan siswa putri pesisir memiliki jumlah skor 459,2. Dilihat dari jumlah skor pada siswa bahwa kebugaran jasmani siswa SMP daerah pegunungan lebih baik dibandingkan siswa SMP daerah pesisir.

Kata kunci: kebugaran jasmani, pesisir dan pegunungan

ABSTRACT

DIFFERENCE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS BETWEEN CLASS VIII STUDENTS OF SMP NEGERI 1 KOTA AGUNG IN COASTAL WITH STUDENTS CLASS VIII SMP NEGERI 1 SUMBEREJO IN THE MOUNTAINS

By

SATRIA KUSUMA

With differences in residence both on the coast and mountains, it should not prevent students from doing physical activity, differences in activities outside of school in coastal and mountainous areas have differences that result in students physical fitness being not optimal, coastal areas are less active in physical activities and sports while In mountainous areas, when students come home from school, they help their parents with their work and do activities in the afternoon by exercising regularly. Coastal areas and mountains also have something in common, namely playing gadgets so that some students' physical fitness is not trained optimally. This study aims to describe the physical fitness of junior high school students in the coastal and mountainous areas.

This research is ex post facto by collecting data using multistage fitness test (MFT). The sample in this study were male and female students of class VIII SMP Negeri 1 Kota Agung totaling 40 people with male and female students of class VIII SMP Negeri 1 Sumberejo totaling 40 people.

The results showed that the physical fitness of mountain male students with a total score of 600.89 while coastal male students with a total score of 511. The physical fitness of mountain female students with a total score of 486.4 while coastal female students had a total score of 459.2. Judging from the number of scores on students, the physical fitness of junior high school students in mountainous areas is better than students in coastal junior high schools.

Keywords: physical fitness, coast and mountains