

ABSTRAK

ANALISIS KEBUGARAN JASMANI PADA DUTA WISATA DI KOTA BANDAR LAMPUNG TAHUN 2023

OLEH

NUKE AJENG FERARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memberikan gambaran terkait tingkat kebugaran jasmani pada duta wisata di Kota Bandar Lampung. Metode Penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif.

Metode penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah semua duta wisata di Kota Bandar Lampung yang berjumlah 15 orang. Cara penentuan sampel adalah dengan cara Sampling jenuh. Teknik pengambilan data menggunakan pengukuran. Instrumen yang digunakan dengan menggunakan Tes TKJI usia 16-19 tahun untuk variabel tingkat kebugaran jasmani. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian dan pembahasan diperoleh tingkat Kesegaran jasmani duta wisata di Kota Bandar Lampung sebagian besar berkategori kurang, dikarenakan kesegaran jasmani seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor yakni, faktor internal dan faktor eksternal serta ditinjau dari perbedaan latar belakang masing masing sample. Dengan presentase sebagai berikut, yang berkategori baik sekali 0%, yang berkategori baik sebesar 13,3%, yang berkategori sedang 33,3%, yang berkategori kurang sebesar 53,3% dan yang berkategori kurang sekali 0%. Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kesegaran jasmani duta wisata di Kota Bandar Lampung adalah kurang.

Kata Kunci: duta wisata, tingkat kebugaran jasmani.

ABSTRACT

ANALYSIS OF PHYSICAL FITNESS IN TOURISM AMBASSADORS IN BANDAR LAMPUNG CITY IN 2023

By

NUKE AJENG FERARI

This research aims to determine and provide an overview of the level of physical fitness of tourism ambassadors in Bandar Lampung City. The method used is descriptive method.

Research method it can provide an overview of what will be researched. The population in this study were all tourism ambassadors in Bandar Lampung City, totaling 15 people. The way to determine the sample is through saturated sampling. The data collection technique uses measurements. The instrument used was the TKJI test for ages 16–19 for the physical fitness level variable. The data analysis technique uses quantitative descriptive analysis expressed in percentage form.

The results of the research and discussion showed that the level of physical fitness of tourism ambassadors in Bandar Lampung City was mostly in the poor category, because a person's physical fitness is influenced by various factors, namely; internal factors and external factors and in terms of the different backgrounds of each sample. With the following presentation, 0% in the very good category, 13.3% in the good category, 33.3% in the moderate category, 53.3% in the poor category, and those in the less than 0% category. The results of this research indicate that the level of physical fitness of tourism ambassadors in Bandar Lampung City is poor.

.

Keywords: *physical fitness, tourism ambassador.*