

ABSTRAK

TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PADA AKTIVITAS FISIK SISWA KELAS VII SMP NEGERI SATAP OETULU

Felix Fatu¹, James Klemen Lika, ². M. Rambu. P. Wasak,³,
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia
email. lexifatu20@gmail.com

Latar belakang : Penelitian ini bertujuan untuk survey Tingkat Kebugaraan Jasmani pada aktivitas fisik siswa kelas VII SMP Negeri Satap Oetulu tahun 2024/2025.

Tujuan penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani pada aktivitas peserta didik kelas VII SMP Negeri Satap Oetulu Kabupaten Timor Tengah Utara. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi yang digunakan peserta didik kelas VII SMP Negeri Satap Oetulu berjumlah 17 peserta didik dengan komposisi 11 orang putri dan 6 orang laki-laki.

Metode penelitian : Penelitian ini menggunakan metode survei. Ditinjau dari tujuan rancangan penelitian, maka penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu sebuah metode yang efektif untuk tujuan mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena yang bersifat alamiah maupun fenomena yang bersifat rekayasa

Hasil penelitian : Berdasarkan uraian hasil tersebut bahwa sebagian besar atau secara umum siswa kelas VII SMP Negeri Satap Oetulu untuk laki-laki dan perempuan rata-rata berada dalam klasifikasi “sedang” dari populasi sebanyak 17 orang tersebut diperoleh sebanyak 6 orang atau 35.2% dalam klasifikasi rendah, klasifikasi sedang sebanyak 9 orang atau sebesar 81.8%, klasifikasi tinggi sebanyak 4 orang atau sebesar 23.5%.

Simpulan : Berdasarkan hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa tes AKJI siswa kelas VII SMP Negeri Satap Oetulu tergolong kategori sedang karena hal tersebut dapat disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya yaitu siswa kelas VII SMP Negeri Satap Oetulu yang belum pernah melakukan tes AKJI sebelumnya sehingga perlu adaptasi saat melakukan tes AKJI.

Kata kunci : Survei, AKJI, Tabel norma AKJI.

ABSTRAK

PHYSICAL FITNESS LEVEL IN PHYSICAL ACTIVITIES OF GRADE VII STUDENTS OF SMP NEGERI SATAP OETULU

Felix Fatu¹, James Klemen Lika, ². M. Rambu. P. Wasak,³,
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia
email. lexifatu20@gmail.com

Background: This study aims to survey the Level of Physical Fitness in physical activity of class VII students of SMP Negeri Satap Oetulu in the academic year of 2024/2025.

Research objective: This study aims to determine the level of physical fitness in the activities of class VII students of SMP Negeri Satap Oetulu, North Central Timor Regency. This study is a correlational study. The population used were 17 class VII students of SMP Negeri Satap Oetulu, consisting of 11 girls and 6 boys.

Research method: This study uses a survey method. Judging from the purpose of the research design, this research is included in quantitative descriptive research, which is an effective method for the purpose of describing or depicting existing phenomena, both natural phenomena and engineered phenomena

Research results: Based on the description of the results, most or in general, male and female students of class VII of SMP Negeri Satap Oetulu are on average in the "moderate" classification from a population of 17 people, 6 people or 35.2% are in the low classification, 9 people or 81.8% in the medium classification, 4 people or 23.5% in the high classification.

Conclusion: Based on the results of the study and discussion, it can be concluded that the AKJI test of class VII students of SMP Negeri Satap Oetulu is included in the moderate category because this can be caused by many factors, one of which is that class VII students of SMP Negeri Satap Oetulu have never taken the AKJI test before so they need to adapt when taking the AKJI test.

Keywords: Survey, AKJI, AKJI norm table.