

ABSTRAK

DINA LESTARI. 2022. Survey Tingkat Kebugaran Jasmani Peserta Didik SMA se-Kecamatan Cihideung Pada Masa Pandemi. Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Kebijakan pembatasan sosial menimbulkan berkurangnya aktifitas fisik. Di dunia pendidikan, pembelajaran yang semula tatap muka berubah menjadi pembelajaran daring, dimana siswa akan lebih banyak berinteraksi dengan smartphone. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa pada masa pandemi. Metode penelitian deskriptif kuantitatif, dengan Teknik pengumpulan data survey menggunakan instrument tes kebugaran jasmani Indonesia. Populasi sebanyak 386 peserta didik kelas sepuluh, dengan sampel yang di ambil 79 peserta didik. Teknik analisis dengan analisis data deskriptif. Hasil penelitian tes kebugaran jasmani yaitu sebanyak 0% (0 peserta didik) pada klasifikasi baik sekali, 11,4% (9 peserta didik) pada klasifikasi baik, 68,4% (54 peserta didik) pada klasifikasi sedang, 20,2% (16 peserta didik) pada klasifikasi kurang, dan 0% (0 peserta didik) pada klasifikasi kurang sekali. Sehingga dapat ditarik kesimpulan untuk rata-rata kebugaran jasmani peserta didik SMA Negeri 4 Tasikmalaya berada pada klasifikasi Sedang.

Kata kunci : Kebugaran Jasmani, Pandemi

ABSTRACT

DINA LESTARI. 2022. ***Survey on the Physical Fitness Level of High School Students in Cihideung District During the Pandemic Period.*** Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

Social restriction policies lead to reduced physical activity. In the world of education, learning that was originally face-to-face has turned into online learning, where students will interact more with smartphones. This study aims to determine the level of physical fitness of students during the pandemic. Quantitative descriptive research method, with survey data collection techniques using the Indonesian Physical Fitness Test Instrument. The population is 386 tenth grade students, with a sample of 79 students. Analysis technique with descriptive data analysis. The results of the physical fitness test are 0% (0 students) in very good classification, 11.4% (9 students) in good classification, 68.4% (54 students) in moderate classification, 20.2% (16 students) in the poor classification, and 0% (0 students) in the very poor classification. So that it can be concluded that the average physical fitness of SMA Negeri 4 Tasikmalaya students is in the Medium classification.

Keywords: *Physical Fitness, Pandemic*