

ABSTRAK

MUHAMMAD REFALDI, 2023 Profil Kebugaran Jasmani Siswa Kelas 11 SMA Negeri 1 Cijeruk Kabupaten Bogor. Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas siliwangi, Tasikmalaya.

kurang nya aktivitas fisik yang berdampak pada tingkat kebugaran jasmani para siswa karena peralihan dari pembelajaran daring ke pembelajaran luring,dalam penelitian ini penulis menggunakan sampel kelas 11 karena pada kelas 11 ini dari awal masuk sekolah sma, baru memulai pembelajaran luring/tatap muka pada saat kelas 11, sehingga di rasa perlu untuk diketahui tingkat kebugaran jasmani para siswa yang baru memulainya pembelajaran luring. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan survei yang akan digunakan untuk mengolah data dengan secara langsung terkait kebugaran jasmani pelajar nusantara SMA Negeri 1 Cijeruk tahun ajaran 2022/2023. penulis yang telah lakukan terdapat juga beberapa perbedaan antara siswa laki-laki dan perempuan yaitu pada laki-laki tingkat kebugaran jasmani ada pada kategori Cukup sebanyak 17 siswa dengan persentase 23% dan kurang sebanyak 57 orang dengan persentase 76% dengan total sampel berjumlah 74 siswa untuk siswa perempuan hanya ada pada katagori kurang berjumlah 78 orang dengan persentase 100% dengan sampel perempuan 78 orang Berdasarkan hasil pada penelitian ini analisis data dan hasil pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa profil kebugaran jasmani siswa SMA Negeri 1 Cijeruk Kabupaten Bogor tahun ajaran 2022/2023 rata rata ada pada kategori “Kurang”

Kata Kunci: profil kebugaran jasmani, Pendidikan jasmani

ABSTRACT

MUHAMMAD REFALDI, 2023 *Profile of Physical Fitness for Grade 11 Students of SMA Negeri 1 Cijeruk, Bogor Regency*. Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

lack of physical activity which has an impact on the level of physical fitness of students due to the transition from online learning to offline learning, in this study the author uses a class 11 sample because in grade 11 from the start of high school, just starting offline / face-to-face learning during class 11, so that it is necessary to know the level of physical fitness of students who are just starting offline learning. This study uses a quantitative descriptive method using a survey approach which will be used to process data directly related to the physical fitness of Indonesian students at SMA Negeri 1 Cijeruk for the 2022/2023 academic year. what has been done there are also some differences between male and female students, namely for males the level of physical fitness is in the Enough category as many as 17 students with a percentage of 23% and less as many as 57 people with a percentage of 76% with a total sample of 74 students for students women are only in the less category amounting to 78 people with a percentage of 100% with a sample of 78 women. Based on the results of this study, data analysis and results of the discussion can be concluded that the average physical fitness profile of students of SMA Negeri 1 Cijeruk Bogor Regency for the 2022/2023 school year is in the "Less" category

Keywords: *physical fitness profile, physical education*