

MINAT MENJAGA KEBUGARAN JASMANI DI MASA PANDEMI COVID-19 PADA PESERTA DIDIK SMP NEGERI 3 SERIRIT

Oleh

Ketut Dedi Sugiantara, NIM. 1616011005

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat menjaga kebugaran jasmani di masa pandemi covid-19 pada peserta didik SMP Negeri 3 Seririt. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan jenis penelitian survei. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik kelas VII di SMP Negeri 3 Seririt dengan jumlah keseluruhan 149 orang. Sampel penelitian menggunakan *total sampling* yang dilakukan dengan cara menggunakan semuan populasi artinya pengambilan sampel dengan menetapkan subyek yang akan diteliti sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 149 orang. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif kuantitatif. Dari 25 pernyataan yang diisi oleh peserta didik memperoleh, tidak ada memiliki kategori minat sangat baik, tidak ada memiliki kategori minat baik, 58 orang memiliki kategori minat cukup, 91 orang memiliki kategori minat kurang, dan tidak ada memiliki kategori minat sangat kurang. Hasil penelitian minat menjaga kebugaran jasmani di masa pandemi covid-19 pada peserta didik SMP Negeri 3 Seririt mendapat skor rata-rata yaitu 56,41 dalam skala kategori cukup. Kesimpulan dari penjabaran di atas ialah, minat menjaga kebugaran jasmani di masa pandemi covid-19 pada peserta didik SMP Negeri 3 Seririt cukup. Saran peneliti untuk peserta didik agar meningkatkan minat untuk melaksanakan aktivitas menjaga kebugaran jasmani agar dapat menjaga kesehatan dan meningkatkan imunitas tubuh dalam masa pandemi covid-19.

Kata Kunci : Minat, Kebugaran Jasmani, Pandemi covid-19.

MINAT MENJAGA KEBUGARAN JASMANI DI MASA PANDEMI COVID-19 PADA PESERTA DIDIK SMP NEGERI 3 SERIRIT

By

Ketut Dedi Sugiantara, NIM. 1616011005

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

ABSTRACT

This study aims to determine the interest in maintaining physical fitness during the covid-19 pandemic in students of SMP Negeri 3 Seririt. This research is quantitative descriptive research with the type of survey research. The research population was all seventh-grade students at SMP Negeri 3 Seririt with a total of 149 people. The research sample used total sampling which was carried out by using the entire population, meaning that the sample was taken by determining the subjects to be studied so that the number of samples in this study was 149 people. Data were analyzed using quantitative descriptive statistics. Of the 25 statements filled out by students, none had a very good interest category, none had a good interest category, 58 people had a moderate interest category, 91 people had a low-interest category, and none had a very low-interest category. The results of the research on interest in maintaining physical fitness during the COVID-19 pandemic in SMP Negeri 3 Seririt students got an average score of 56.41 on the sufficient category scale. The conclusion from the description above is that the interest in maintaining physical fitness during the COVID-19 pandemic in SMP Negeri 3 Seririt students is sufficient. Researchers suggest for students to increase their interest in carrying out activities to maintain physical fitness in order to maintain health and increase body immunity during the COVID-19 pandemic

Keywords: Interests, Physical Fitness, Covid-19 Pandemic