



# LAMPIRAN

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

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	
			Positif	Negatif
Minat	1. Instrinsik	1. Perhatian	1	2
		2. Rasa tertarik	3,4	
	2. Ekstrinsik	1. Perasaan senang	6,7	5,8
		2. Aktivitas/kegiatan	9,10,11,12	
		3. Guru	13,15,16	14
		4. Sarana prasarana	17,18	19
		5. Keluarga	20,21,22	
		6. Lingkungan	23,24,25	

**Definisi Konseptual**

Latihan kebugaran jasmani adalah olahraga yang dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan kekuatan otot, serta melatih kelenturan dan keseimbangan. Olahraga ini juga efektif untuk membakar kalori dan menurunkan risiko terjadinya sejumlah penyakit. Salah satunya seperti Coronavirus atau **virus corona** merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas ringan hingga sedang, seperti penyakit flu. Banyak orang terinfeksi virus ini, setidaknya satu kali dalam hidupnya Akan tetapi, seseorang dengan kekebalan tubuh yang lemah lebih rentan terhadap serangan virus ini. Selain itu, kondisi musim juga mungkin berpengaruh. pada daerah-daerah dingin covid-19 ini lebih cepat berkembang bahkan sebaliknya di daerah yang suhunya lebih hangat covid-19 lebih susah untuk berkembang.

**Definisi Operasional**

Latihan kebugaran jasmani adalah olahraga yang dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan kekuatan otot, serta melatih kelenturan dan keseimbangan. Olahraga ini juga efektif untuk membakar kalori dan menurunkan risiko terjadinya sejumlah penyakit. Tujuan umum peserta didik berolahraga di SMP Negeri 3 seririt pada dasarnya adalah membantu peserta didik untuk perbaikan imun dan drajad kesehatan di masa pandemi covid-19 yang melanda dunia melalui pengertian dan pembahasan sikap positif tentang manfaat kebugaran jasmani.



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

1. Nama Responden : .....
2. Kelas : .....
3. No Absen : .....
4. Jenis Kelamin : .....

**Petunjuk Pengisian:**

1. Pilih salah satu jawaban dengan memberikan tanda checklist (√) pada kolom jawaban yang telah tersedia.
2. Angket ini bertujuan untuk mengetahui minat menjaga kebugaran jasmani di masa pandemi covid-19 pada peserta didik SMP Negeri 3 seririt.
3. Jawablah setiap pernyataan sesuai dengan pendapat dan keadaan anda yang sebenarnya sesuai terhadap kegiatan menjaga kebugaran jasmani di rumah.

Contoh :

No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1.	Saya memperhatikan pelatih/guru saat menjelaskan teknik olahraga	√				

Keterangan pilihan jawaban:

**1 = Sangat Tidak Relevan**

**2 = Tidak Relevan**

**3 = Relevan**

**4 = Sangat Relevan**

## Uji Coba Angket Peneliti

Tabel Angket Penelitian, dalam Rawes (2018:44)

No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
<b>A.</b>	<b>Perhatian</b>					
1	Selama pandemi saya menaruh perhatian pada cara menjaga kebugaran jasmani					
2	Saya tidak pernah memperhatikan cara menjaga kebugaran jasmani di pada masa pandemi covid-19					
<b>B.</b>	<b>Rasa Tertarik</b>					
3	Saya tertarik untuk melihat kegiatan menjaga kebugaran jasmani					
4	Kegiatan kebugaran jasmani membantu saya menjaga daya tahan di tengah pandemi					
<b>C.</b>	<b>Perasaan Senang</b>					
5	Kegiatan kebugaran jasmani di rumah adalah kegiatan yang menjenuhkan					
6	Saya merasa senang bisa melakukan aktivitas kebugaran jasmani					
7	Saya merasa bangga setelah melakukan aktivitas kebugaran jasmani tubuh merasa sehat					
8	Kegiatan kebugaran jasmani membuang waktu saya					
<b>D.</b>	<b>Aktivitas/Kegiatan</b>					
9	Kebugaran jasmani merupakan kegiatan yang tepat untuk mengisi waktu luang					
10	Kebugaran jasmani adalah kegiatan yang dapat memberikan dampak positif pada diri saya					
11	Aktivitas kebugaran jasmani dapat membuat saya lebih sehat					

No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
12	Kegiatan kebugaran jasmani di rumah membuat saya lebih disiplin dan bertanggung jawab terhadap kesehatan sendiri					
<b>E.</b>	<b>Guru</b>					
13	Guru yang selalu memberikan motivasi membuat saya berminat melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah					
14	Materi yang di berikan guru tentang kebugaran jasmani susah di mengerti sehingga saya tidak melakukannya di rumah					
15	Guru selalu menanamkan sikap disiplin ketika melakukan kegiatan yang berhubungan dengan kebugaran jasmani					
16	Guru dalam memberikan materi kebugaran jasmani di rumah secara daring mudah di terima					
<b>F</b>	<b>Sarana Prasarana</b>					
17	Saya melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani karena di sekitar rumah cukup memadai					
18	Fasilitas kebugaran jasmani di rumah layak dan aman sehingga saya melakukannya di rumah					
19	Saya tidak melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani di rumah karena sarana prasarana di rumah tidak layak di gunakan					
<b>G.</b>	<b>Keluarga</b>					
20	Saya melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah karena ada dorongan dari keluarga					

No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
21	Keluarga saya memberikan ncontoh menjaga kebugaran jasmani di rumah sehing saya juga ikut melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani					
22	Saudara-saudara saya mempengaruhi minat saya dalam melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah					
<b>H.</b>	<b>Lingkungan</b>					
23	Ajakan teman-teman dekat saya membuat saya berminat melaksanakan kebugaran jasmani di rumah					
24	Saya senang melaksanakan kebugaran jasmani di lingkungan rumah karena memperoleh banyak teman					
25	Saya selalu melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah karena di lingkungan rumah semuanya melakukan kegiatan kebugaran jasmani					

**Komentar / Saran**

Singaraja, 10 September 2021

Ahli 1



Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197309262001121001

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

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir		
			Positif	Negatif	
Minat	3. Instrinsik	1. Perhatian	1	2	
		4. Rasa tertarik	3,4		
	2. Ekstrinsik	7. Perasaan senang	6,7	5,8	
		8. Aktivitas/kegiatan	9,10,11,12		
		9. Guru	13,15,16	14	
		10. Sarana prasarana	17,18	19	
		11. Keluarga	20,21,22		
		12. Lingkungan	23,24,25		

### Definisi Konseptual

Latihan kebugaran jasmani adalah [olahraga](#) yang dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan kekuatan otot, serta melatih kelenturan dan keseimbangan. Olahraga ini juga efektif untuk membakar kalori dan menurunkan risiko terjadinya sejumlah penyakit. Salah satunya seperti Coronavirus atau virus corona merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas ringan hingga sedang, seperti penyakit flu. Banyak orang terinfeksi virus ini, setidaknya satu kali dalam hidupnya Akan tetapi, seseorang dengan kekebalan tubuh yang lemah lebih rentan terhadap serangan virus ini. Selain itu, kondisi musim juga mungkin berpengaruh. pada daerah-daerah dingin covid-19 ini lebih cepat berkembang bahkan sebaliknya di daerah yang suhunya lebih hangat covid-19 lebih susah untuk berkembang.



## Definisi Operasional

Latihan kebugaran jasmani adalah [olahraga](#) yang dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan kekuatan otot, serta melatih kelenturan dan keseimbangan. Olahraga ini juga efektif untuk membakar kalori dan menurunkan risiko terjadinya sejumlah penyakit. Tujuan umum peserta didik berolahraga di SMP Negeri 3 seririt pada dasarnya adalah membantu peserta didik untuk perbaikan imun dan drajad kesehatan di masa pandemi covid-19 yang melanda dunia melalui pengertian dan pembahasan sikap positif tentang manfaat kebugaran jasmani.



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

5. Nama Responden : .....
6. Kelas : .....
7. No Absen : .....
8. Jenis Kelamin : .....

**Petunjuk Pengisian:**

4. Pilih salah satu jawaban dengan memberikan tanda checklist (√) pada kolom jawaban yang telah tersedia.
5. Angket ini bertujuan untuk mengetahui minat menjaga kebugaran jasmani di masa pandemi covid-19 pada peserta didik SMP Negeri 3 seririt.
6. Jawablah setiap pernyataan sesuai dengan pendapat dan keadaan anda yang sebenarnya sesuai terhadap kegiatan menjaga kebugaran jasmani di rumah.

Contoh :

No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1.	Saya memperhatikan pelatih/guru saat menjelaskan teknik olahraga	√				

Keterangan pilihan jawaban:

**1 = Sangat Tidak Relevan**

**2 = Tidak Relevan**

**3 = Relevan**

**4 = Sangat Relevan**

## Uji Coba Angket Peneliti

Tabel Angket Penelitian, dalam Rawes (2018:44)

No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
<b>A.</b>	<b>Perhatian</b>					
1	Selama pandemi saya menaruh perhatian pada cara menjaga kebugaran jasmani					
2	Saya tidak pernah memperhatikan cara menjaga kebugaran jasmani di pada masa pandemi covid-19					
<b>B.</b>	<b>Rasa Tertarik</b>					
3	Saya tertarik untuk melihat kegiatan menjaga kebugaran jasmani					
4	Kegiatan kebugaran jasmani membantu saya menjaga daya tahan di tengah pandemi					
<b>C.</b>	<b>Perasaan Senang</b>					
5	Kegiatan kebugaran jasmani di rumah adalah kegiatan yang menjenuhkan					
6	Saya merasa senang bisa melakukan aktivitas kebugaran jasmani					
7	Saya merasa bangga setelah melakukan aktivitas kebugaran jasmani tubuh merasa sehat					
8	Kegiatan kebugaran jasmani membuang waktu saya					
<b>D.</b>	<b>Aktivitas/Kegiatan</b>					
9	Kebugaran jasmani merupakan kegiatan yang tepat untuk mengisi waktu luang					
10	Kebugaran jasmani adalah kegiatan yang dapat memberikan dampak positif pada diri saya					
11	Aktivitas kebugaran jasmani dapat membuat saya lebih sehat					

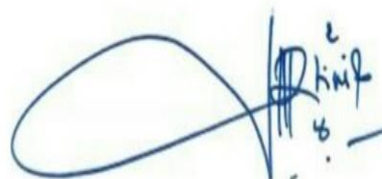
No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
12	Kegiatan kebugaran jasmani di rumah membuat saya lebih disiplin dan bertanggung jawab terhadap kesehatan sendiri					
<b>E.</b>	<b>Guru</b>					
13	Guru yang selalu memberikan motivasi membuat saya berminat melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah					
14	Materi yang di berikan guru tentang kebugaran jasmani susah di mengerti sehingga saya tidak melakukannya di rumah					
15	Guru selalu menanamkan sikap disiplin ketika melakukan kegiatan yang berhubungan dengan kebugaran jasmani					
16	Guru dalam memberikan materi kebugaran jasmani di rumah secara daring mudah di terima					
<b>F</b>	<b>Sarana Prasarana</b>					
17	Saya melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani karena di sekitar rumah cukup memadai					
18	Fasilitas kebugaran jasmani di rumah layak dan aman sehingga saya melakukannya di rumah					
19	Saya tidak melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani di rumah karena sarana prasarana di rumah tidak layak di gunakan					
<b>G.</b>	<b>Keluarga</b>					
20	Saya melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah karena ada dorongan dari keluarga					

No	Pertanyaan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
21	Keluarga saya memberikan ncontoh menjaga kebugaran jasmani di rumah sehing saya juga ikut melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani					
22	Saudara-saudara saya mempengaruhi minat saya dalam melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah					
<b>H.</b>	<b>Lingkungan</b>					
23	Ajakan teman-teman dekat saya membuat saya berminat melaksanakan kebugaran jasmani di rumah					
24	Saya senang melaksanakan kebugaran jasmani di lingkungan rumah karena memperoleh banyak teman					
25	Saya selalu melakukan kegiatan kebugaran jasmani di rumah karena di lingkungan rumah semuanya melakukan kegiatan kebugaran jasmani					

**Komentar / Saran**

Singaraja, 13 Agustus 2021

Ahli 2



Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd.

NIP. 198705222015042004

### Rekapitulasi Data Minat Menjaga Kesehatan Jasmani di Masa Pandemi Covid 19 Peserta Didik SMP Negeri 3 Seririt

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Jumlah	Kategori
1	KADEK FITRI WAHYUNI	3	3	1	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	4	3	2	2	1	2	1	53	Kurang
2	KADEK ROY ARANDIKA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
3	KETUT EDI TRI KRESNAWAN	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
4	ADITYA PRASTYO	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
5	GEDE RIDO PERMANA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
6	GUSTI MADE AGUSTINI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
7	I KADEK DESTA PUTRAWAN	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup
8	KADEK ARIASIH	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
9	GUSTI AGUNG OKA PRAMUDITA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
10	KADEK TALITA DWI OKTAVIANI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup
11	KOMANG BINTANG	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	1	52	Kurang
12	PUTU SUTRISNA ANTARI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
13	PUTU KEISYA ANANDA KRISNA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
14	NI KETUT VIOLA ANDINI	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	51	Kurang
15	NYOMAN ARYA WIYANTARA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang

16	KOMANG REGAR PRAYOGA	3	3	1	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	1	2	1	52	Kurang
17	GUSTI PUTU SUJANI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
18	GUSTI AYU WINDY MEITHA PRATIWI	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	1	52	Kurang
19	GEDE DIMAS CAHYA PRATAMA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
20	I GUSTI KOMANG ARYA SAPUTRA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
21	PUTU ANDRA UTAMA PUTRA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
22	KADEK AGUS ARYA PRANATA	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	1	52	Kurang
23	PUTU ARYANINGSIH	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
24	GEDE EPA SURYAWAN	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
25	I MADE RESTU UTAMA PUTRA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
26	KADEK ARVANI	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	1	52	Kurang
27	KADEK MELANI SINTA PUTRI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
28	KADEK SRI AFRILIANI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
29	KOMANG AGUS RIAWAN	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	1	52	Kurang
30	NI KOMANG BINTANG JATI LESTARI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
31	PUTU PUTRI MARTINI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang

32	GUSTI KOMANG KRISNA DWIPA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
33	CENING BUDIYANA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
34	GUSTI AYU NYOMAN TRISIA AGUSTINI	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	51	Kurang
35	KADEK BETA SANJAYA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
36	I KOMANG AGUS NANDA MEIDINATA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup
37	I GEDE AGUS SUGIARTAWAN	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
38	KADEK DIMA PUTRA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
39	KADEK YOGA SAPUTRA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
40	KETUT PASEK SASTRAWAN	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup
41	KOMANG AYU ARDILA PUTRI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1	51	Kurang
42	PUTU REVAN RADITYA WISWAPUTRA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
43	PUTU AGUS PEBRI PRANATA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
44	NI KETUT DESY PUTRI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1	51	Kurang
45	KOMANG NOVA ADITIYA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
46	GEDE ADI PRATAMA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang



47	KADEK WIDIA ANANDA PUTRA SAYOGA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup	
48	NI KOMANG APRILIA SRI MULIANI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	53	Kurang	
49	PUTU SINTYA DEWI	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	3	3	3	1	3	2	1	53	Kurang		
50	KADEK ANDIKA ARYA DINATA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang	
51	KOMANG ARIFA SURYADINATA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang	
52	I KOMANG JUNIARTAWAN	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang	
53	GUSTI MADE BAYU PRATAMA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang	
54	LUH ANGGI SURYANI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup	
55	KADEK YOGI ADI SAPUTRA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang	
56	PUTU PEBRI PRANSISKA YUNDARI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	53	Kurang	
57	I KADEK RADITIA TRI WIJANA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang	
58	NI PUTU LIA RATNA PRATIWI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup	
59	KADEK DEVI WIYANTARI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang	
60	KOMANG AGUS RISKA YANA	4	1	4	4	1	3	2	1	2	2	2	3	4	2	2	2	3	3	2	4	3	4	3	2	3	66	Cukup	
61	MADE TIA ARDIANI	2	3	1	2	3	2	2	3	1	1	2	2	1	3	2	1	2	2	4	2	2	2	2	1	2	1	49	Kurang

62	KADEK LINDA DEWI	3	3	1	2	3	2	2	3	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	4	3	2	2	1	2	1	54	Kurang
63	KOMANG CAHAYA JULIARI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang	
64	PUTU WINDA SARI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
65	PUTU YULIA SEPTIANI	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang	
66	KADEK ADI WIGUNA PUTRA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup
67	KADEK AYU ULIANTARI	2	3	3	4	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
68	KADEK RINI SULISTYAWATI	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	53	Kurang
69	KADEK SUARDIANA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
70	KETUT SRI DEPI PURNAMADEWI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
71	KOMANG AYU PURWANI	4	1	2	2	2	1	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	59	Cukup	
72	KOMANG SRI WIDI ADNYANI	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
73	LUH PUTU WIDYA PRATIWI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup
74	MD ANDIKA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup
75	NI PUTU FEBRIANI PUTRI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
76	PUTU DEDI PRATAMA	3	3	1	2	3	2	2	3	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	4	3	2	2	1	2	1	54	Kurang
77	PUTU MAS ADIAWAN	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
78	PUTU RAMA EKA RADITYA MAULANA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1	51	Kurang

79	PUTU TASYA PERMATA SARI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
80	PUTU WILDA DAMAYANI	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
81	KADEK AGUS DWI PRATAMA	4	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
82	KADEK DIAN SEPTIANI	2	3	4	2	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	61	Cukup
83	KADEK SINDHU PRADNYANA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
84	KADEK YUDI SASTRAWAN	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup
85	KOMANG RISMA OKTAVIANI	3	3	4	2	2	2	2	2	4	4	2	3	4	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	61	Cukup
86	KOMANG TRI ARINI	4	2	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	65	Cukup
87	MADE ADITYA PUTRA	4	1	2	2	2	1	3	2	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	60	Cukup
88	NI PUTU AMI SEPTIANI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup
89	NYOMAN WAHYU DEWANTARA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
90	PUTU TIARA ANTARI	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang
91	PUTU SUWANDANA TARA DIPA	4	1	2	2	2	1	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	59	Cukup
92	PUTU RADITYA EKA PRATAMA	4	1	2	2	2	2	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	60	Cukup
93	PUTU GEDE SUGIARTA	4	1	4	2	2	2	3	1	3	1	2	3	2	1	3	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	58	Cukup
94	PUTU DEDI ANDIKA	4	1	4	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	59	Cukup

95	I KOMANG WIDIANA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	4	3	2	1	3	2	1	53	Kurang
96	DEWA KOMANG BAGUS ALIT YASA	2	3	1	2	3	2	2	3	1	2	3	2	1	3	3	1	2	2	4	2	2	2	1	2	1	52	Kurang
97	KOMANG JUNI CANDRADINATA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	61	Cukup
98	GEDE ARIAWAN	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup
99	KOMANG TRISTANIA DEWI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup
100	GEDE DANDI DARMA YUDA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1	51	Kurang
101	LUH PUTU DESY NATALIA	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang
102	GEDE JHODY PRATAMA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
103	LUH SRI ANGGRENI	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	51	Kurang
104	GEDE NANDA SAPUTRA	4	1	2	2	2	1	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	59	Cukup
105	MADE ABI NARARYA DHARMA PUTRA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup
106	GUSTI AGUNG RATMAWATI	2	3	4	2	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup
107	MADE AGUNG LAKSANA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	52	Kurang
108	GUSTI AYU DEVI PRAVITA SARI	4	1	2	2	2	1	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	59	Cukup
109	MADE WIDYA AGUSTINA PRATIWI	3	3	1	2	3	2	2	3	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	4	2	2	2	1	2	1	53	Kurang
110	GUSTI MADE NOVIANI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	53	Kurang

111	NI KADEK NADINE CHANDRA DEWI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang	
112	KOMANG JULIANTARI	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang	
113	GUSTI PUTU SUMEARTA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup	
114	KOMANG AURA AVRILIA	4	1	2	2	2	2	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	60	Cukup	
115	KADEK ADITIA GUTAMA	1	3	2	1	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	2	3	2	1	3	1	56	Cukup
116	NI PUTU JULIA WARDANI	3	3	1	2	3	2	2	3	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	2	4	3	2	2	1	2	1	54	Kurang
117	KOMANG ADITYA PERMANA	3	3	1	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	4	3	2	2	1	2	1	53	Kurang	
118	I MADE LUHUR PRIBADI RIZKYAWAN	1	3	2	1	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	2	3	2	1	3	1	56	Cukup
119	KADEK DWI JUNIANTI	3	3	1	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	3	1	2	2	4	3	2	2	1	2	1	53	Kurang	
120	I PUTU EVA KURNIAWAN	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang	
121	PUTU SURYA MAHARDIKA SANJAYA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1	51	Kurang	
122	KADEK ARTA DWIARYANDIKA	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	51	Kurang	
123	KETUT AGUSTINA GEDE AGUS YOGA	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1	51	Kurang	
124	PERDANA PUTRA KADEK VICKY	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	51	Kurang	
125	GEDE BEN SUKA ARDIANSA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	53	Kurang	
126	ARDIANSA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang	

127	KADEK TEGUH	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	55	Kurang	
128	GEDE GALANG ARTHA WIJAYA	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	53	Kurang	
129	KADEK AGUS SURIAWAN	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang	
130	KOMANG ADITYA SAPUTRA	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang	
131	I PUTU AGUS ARYANA PUTERA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup	
132	MADE SILA AGUS PRADNYANTA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup	
133	GEDE PUTU HADI KUSUMA PUTRA	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup	
134	KETUT ANA	3	3	4	2	2	2	2	2	4	4	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	62	Cukup
135	LUH SRI DEWI	4	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	66	Cukup	
136	KETUT BUDIARTA	4	1	2	2	2	1	3	2	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	60	Cukup	
137	LUH PUTU AYU ASTUTI	4	1	2	2	2	1	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	59	Cukup	
138	KETUT SERIN DARMAYANI	4	1	2	2	2	2	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	60	Cukup	
139	KOMANG SEPUTRA SANTIKA	4	1	4	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	59	Cukup	
140	PUTU WAHYU ADITYA YADNYA	4	1	4	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	2	4	2	3	3	1	3	2	3	2	3	3	62	Cukup	
141	LUH MARHENI	4	1	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	2	3	3	2	4	3	4	3	2	3	68	Cukup	
142	NYOMAN DARIKAYASA	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	54	Kurang	
143	PUTU DENIA PRAJA MAHANTARI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	62	Cukup	
144	PUTRI KANIA PRATAMA DEWI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	63	Cukup	

145	PUTU TANIYA WIDIANI	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	64	Cukup
146	PUTU ANI	3	3	4	2	2	2	2	2	4	4	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	62	Cukup
147	PUTU NGURAH ANDIKA	4	1	2	2	2	1	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	59	Cukup
148	PUTU DARMIKA	4	1	2	2	2	2	3	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	60	Cukup
149	PUTU DEVI ARTINI	4	1	4	2	2	2	3	1	3	2	2	3	2	2	4	2	3	3	1	3	2	3	2	3	3	62	Cukup

Sangat Baik	0	0.00
Baik	0	0.00
Cukup	58	38.93
Kurang	91	61.07
Sgt Kurang	0	0.00

149

1





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**  
**FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN**  
**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA**  
Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

**SURAT TUGAS**

Nomor: 03.08/UN48.12.5/PP/2021

Merujuk surat rekomendasi Pembimbing Skripsi terkait Pakar/Ahli untuk melakukan validasi instrumen penelitian mahasiswa, maka kami yang bertanda tangan di bawah Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd, M.Pd.  
NIP : 197309262001121001  
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha  
Sebagai : Pakar instrumen
  
2. Nama : Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 198705222015042004  
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha  
Sebagai : Pakar instrumen

dalam rangka melakukan validasi instrumen penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini:


Nama : Ketut Dedi Sugiantara  
NIM : 1616011005  
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha  
Judul : Minat Menjaga Kebugaran Jasmani di Masa Pandemi Covid-19 pada Peserta Didik SMP Negeri 3 Seririt

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.  
NIP. 196804081997031002

Singaraja, 4 Agustus 2021  
Ketua Jurusan,



I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198206062008121002





Lampiran 7  
KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Alamat: Kampus FOK UNDIKSHA Jinengdalem, Jalan Raya Desa Jinengdalem, Buleleng

Nomor : 148/UN48.12/PP/2021

Singaraja, 14 September 2021

Lampiran : -

Prihal : Melakukan Penelitian

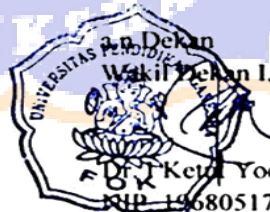
Yth. : Kepala SMP Negeri 3 Seririt  
di

Seririt

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Penjaskesrek Fakultas Olahraga dan Kesehatan (FOK) UNDIKSHA diwajibkan menyusun skripsi, sehubungan dengan prihal tersebut kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengizinkan mahasiswa di bawah ini untuk menggunakan siswa SMP Negeri 3 Seririt sebagai subyek penelitian.

Nama : Ketut Dedi Sugiantara  
Nomor Induk Mahasiswa : 1616011005  
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan  
Judul Skripsi : Minat Menjaga Kebugaran Jasmani di Masa Pandemi Covid-19 pada Peserta Didik di SMP Negeri 3 Seririt.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik, diucapkan terimakasih.



## RIWAYAT HIDUP



Ketut Dedi Sugiantara lahir di bestala pada tanggal 11 September 1997. Penulis adalah anak ke Empat dari pasangan suami istri bapak Made Arcana dan Ibu Luh Sumiasih. Penulis berbangsa Indonesia dan beragama hindu. Kini penulis beralamat di desa bestala, Kec. Seririt, Kab. Buleleng Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan di SD N Bestala dan lulus tahun 2010. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan sekolah menengah pertama di SMP Negeri 3 Seririt dan lulus tahun 2013. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan sekolah menengah atas di SMA Negeri 1 Banjar dan lulus pada tahun 2016 dan melanjutkan kuliah di program S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan di Universitas Pendidikan Ganesha. Pada akhir tahun 2021 penulis telah menyelesaikan skripsi yang berjudul “Minat Menjaga Kebugaran Jasmani Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Peserta Didik SMP Negeri 3 Seririt”. Mulai tahun 2021 sampai dengan penulis skripsi ini, penulis masih terdaftar sebagai mahasiswa program S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Pendidikan Ganesha.

