

ABSTRAK

TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA TERBUKA 1 PASIRJAMBU KABUPATEN BANDUNG DITINJAU DARI AKTIVITAS, GIZI DAN KADAR HEMOGLOBIN

Pembimbing : 1. Drs. H. Hadi Sartono, M.Pd.

2. Sagitarius, M.Pd

Meishanda Ilyas Kusuma*

***Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Angkatan 2010.**

Tujuan dalam pembuatan skripsi ini adalah untuk mengetahui mengenai gambaran tingkatan kebugaran jasmani siswa SMP terbuka 1 Pasirjambu Kabupaten Bandung ditinjau dari aktivitas, gizi dan kadar hemoglobin. Penelitian ini diadakan di sekolah SMP terbuka 1 Pasirjambu yang bertempat di perkebunan teh Patuah watte RT 04/ RW 08 desa Sugihmukti Kecamatan Pasirjambu Kabupaten Bandung. Pada penelitian penulis menggunakan metode deskriptif untuk menggambarkan dari tujuan semula. Pada penelitian ini penentuan sampel menggunakan *random sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini untuk siswa laki-laki sebanyak 19 orang, dan untuk siswa perempuan sebanyak 15 orang. Instrument tes pada penelitian ini menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia. Angket Aktivitas fisik dari PAQ-C, Kowalski (2004) untuk mengetahui jenis atau kategori aktivitas fisik dari siswa-siswi tersebut. Angket asupan gizi *Recoord 2x24* jam untuk mengetahui gambaran asupan gizi siswa-siswi tersebut. Tes kadar Hemoglobin menggunakan *Mission* yang merupakan alat digital untuk mengetahui kadar Hemoglobin dari siswa-siswi tersebut. Hasil dari pengolahan data mentah menjadi sebuah data yang dapat menggambarkan dari tujuan pada penelitian ini, didapatkan bahwa kebugaran jasmani siswa SMP terbuka 1 Pasirjambu memiliki kategori sedang untuk siswa laki-laki dan perempuan, untuk aktivitas fisik memiliki kategori sedang siswa laki-laki dan perempuan, untuk asupan gizi memiliki kategori tidak terpenuhi gizinya untuk siswa laki-laki dan perempuan, sedangkan untuk kadar hemoglobin memiliki kategori normal untuk siswa laki-laki dan perempuan.

Meishanda Ilyas Kusuma, 2014

**TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA TERBUKA 1 PASIR
JAMBU KABUPATEN BANDUNG DITINJAU DARI AKTIVITAS, GIZI DAN KADAR HEMOGLOBIN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

ABSTRACT

PHYSICAL FITNESS OVER VIEW LEVEL OF 1ST OPEN JUNIOR SCHOOL OF PASIRJAMBU KABUPATEN BANDUNG'S STUDENT BASED ON THE REVIEW OF ACHTIVITIES, NUTRIENTS, AND HEMOGLBIN CONTENT

Pembimbing : 1. Drs. H. HadiSartono, M.Pd.

2. Sagitarius, M.Pd

Meishanda Ilyas Kusuma*

University student of Sport Coaching Education 2010

The purpose of this essay is to find out about physical fitness over view level of 1st Open Junior School of PasirJambu Kabupaten Bandung's student based on the review of activities, nutrients, and hemoglobin content. This research held at 1st Open Junior School of PasirJambu Kabupaten Bandung which placed in Pattuah Watte tea plantation RT 04 RW 08 Desa Sugihmukti Kecamatan Pasirjambu Kabupaten Bandung. In this research authors use the descriptive method with random sampling to describe the original intention. The number of samples in this research are 19 male students and 15 female students with Indonesian Physical Fitness Test Instrument to determine the physical fitness of the students. Authors use Physical Activity Questionnaire of the PAQ - C , (Kowalski , 2004) to determine the type or category of students physical activity. Nutritional intake questionnaire Recoord 2x24 hours to find a picture of the nutritional intake of the students Hemoglobin concentration tests using Mission which is a digital tool to determine hemoglobin levels of the students . The results of this data can describe the purpose of this research that students in 1st Open Junior School of Pasirjambu have middle category of physical fitness, middle category of physical activities, low category of nutrients intake, and normal category of hemoglobin content both for boys and girls.

Meishanda Ilyas Kusuma, 2014

TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA TERBUKA 1 PASIR JAMBU KABUPATEN BANDUNG DITINJAU DARI AKTIVITAS, GIZI DAN KADAR HEMOGLOBIN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu