

ABSTRAK

PERBANDINGAN AKTIVITAS FISIK DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA DI DAERAH PESISIR PANTAI DENGAN DI DAERAH PEGUNUNGAN DI KABUPATEN SUBANG

(studi deskriptif pada siswa SMPN di kabupaten subang)

Benny Arief Prayoga
1001494

Surdiniaty Ugelta, M.kes.
Ahmad Hamidi, S.pd., M.pd.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menelaah mengenai perbandingan aktivitas fisik dan kebugaran jasmani siswa di daerah pesisir pantai dengan pegunungan. Sampel diambil sebanyak 20 siswa smp yang berada di daerah pesisir pantai dan pegunungan dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui tes angket aktivitas fisik dan tes lari 12 menit (*cooper test*). Perhitungan statistik menggunakan *SPSS* dengan *independent sampel t-Test*. Dari hasil pengolahan dan analisis data diperoleh hasil nilai *independen sampel T-test* Aktivitas Fisik di daerah pesisir dan pegunungan dengan nilai $t = 2,691$, $p = 0,015 < 0,05$ maka H_0 ditolak, Selanjutnya kebugaran jasmani di daerah pesisir pantai dan di pegunungan dengan nilai $t 2,207$ dan nilai t -test sig $0,041 < 0,05$ maka H_0 ditolak . Berdasarkan hasil tersebut penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan (nyata) antara nilai aktivitas fisik di daerah pesisir pantai dengan pegunungan, dan terdapat perbedaan yang signifikan (nyata) antara nilai kebugaran jasmani siswa di daerah pesisir pantai dengan siswa di daerah pegunungan.

Kata Kunci : *Aktivitas Fisik, Kebugaran Jasmani, Pesisir Pantai, Pegunungan.*

ABSTRACT

THE COMPARATIVE PHYSICAL ACTIVITIES DAN PHYSICAL FITNESS STUDENTS IN COASTAL AND MOUNTAINS AREA IN SUBANG

(A Descriptive Study of Junior High School Students in Subang District)

Benny Arief Prayoga
1001494

Surdiniaty Ugelta, M.kes.
Ahmad Hamidi, S.pd., M.pd.

This study purposed to examine the comparison in physical activities and physical fitness toward students in coastal and mountains area. Sample of this study were 20 students who live in coastal and mountains area, the sample was taken using purposive random sampling technique. The data was collected through questionnaire and running test for about 12 minutes (cooper test). A statistical measurement using independent sample T-test in SPSS was applied in this study to result the numerical data. According to the data analysis, it is gained that physical activities in coastal and mountains area show t score = 2,691, $p = 0,015$, which means the initial hypothesis of this study is rejected. The same result is also shown on physical fitness of the students as t score = 2,207 with T-test sig $0,041 < 0,05$. Based on the measurement above, this study concludes that there is significant difference (real) in both of physical activities and physical fitness students' score in both coastal dan mountains area.

Keywords: Physical Activities, Physical Fitness, Coastal area, Mountains area.