

ABSTRAK

DAMPAK INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN MOTOR EDUCABILITY PARA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

ISMAIL IBNU ABUBAKAR KHATAB

1201127

Smartphone menjadi fenomena baru dalam dunia teknologi informasi dan komunikasi. Berbagai fitur menarik yang tersaji dalam *Smartphone* cenderung membuat penggunaannya lebih banyak diam dan kurang aktif bergerak dalam kesehariannya. Pengguna *Smartphone* lebih banyak menghabiskan waktunya untuk duduk, berdiri atau berjalan dengan perlahan sambil berselancar di internet, *chating*, berbagi di sosial media atau bermain dengan aplikasi lainnya yang ada dalam *Smartphone* dibandingkan dengan melakukan aktivitas aktif seperti berolahraga.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1. Dampak intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap kebugaran jasmani. 2. Dampak intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap *motor educability*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X IPA dan IPS serta XI IPA dan IPS Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 26 Bandung yang memenuhi karakteristik populasi berjumlah 290 orang. Jumlah sampel yang diambil adalah 44 orang.

Data untuk hipotesis.1) Dampak intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap kebugaran jasmani dengan ANOVA satu jalur adalah signifikan dengan probabilitas (p) $0,000 < 0,05$. Uji hipotesis. 2) Dampak intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap *Motor Educability* adalah signifikan dengan probabilitas (p) 0,000.

1) Terdapat dampak negatif intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap kebugaran jasmani 2) Terdapat dampak negatif intensitas penggunaan *Smartphone* terhadap *motor educability*. Dari kesimpulan di atas, pihak sekolah disarankan untuk memberikan penyuluhan kepada siswa tentang dampak negatif dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan bagi orang tua disarankan untuk membatasi penggunaan *smartphone* anaknya di rumah.

Kata-kata kunci : Intensitas Penggunaan *Smartphone*, Kebugaran Jasmani, *Motor Educability*

ABSTRACT

THE IMPACT OF SMARTPHONE USES INTENSITY TO PHYSICAL FITNESS AND MOTOR EDUCABILITY SENIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

**ISMAIL IBNU ABUBAKAR KHATAB
1201127**

Smartphones become a new phenomenon in the world of information and communication technologies. Various interesting features presented in Smartphones tend to make users more quiet and less active in daily life. Smartphone users spent more time to sit, stand or walk slowly while surfing the internet, chat, share it on social media or play with other existing applications in the Smartphone compared to perform active activity such as exercise.

This study aims to find out 1) The impact of Smartphone uses intensity to physical fitness. 2) The impact of Smartphone uses intensity to motor educability. Population and sample in this research is class X and XI science and social science and social studies Senior High School 26 Bandung that meet the characteristics of a population of 290 peoples. The number of samples taken is 44 peoples.

Data analysis to test the hypothesis 1) The impact of Smartphone uses intensity to physical fitness with one way ANOVA was significant with probability (p) $0.000 < 0.05$. Test the hypothesis. 2) The impact of Smartphone uses intensity to Motor Educability was significant with probability (p) 0.000 .

1) There is a negative impact on the intensity of Smartphones uses to physical fitness 2) There is a negative impact on the intensity of Smartphones uses to motor educability. From the conclusion above, the school are advised to provide counseling to students about the negative impact of the use of smartphones in excess and for parents are advised to restricting the use of smartphone his childrens at home.

Keywords: Smartphone Intensity Uses, Physical Fitness, Motor Educability