

ABSTRAK

Mohamad Lutfi Firdaus, 1102849, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Judul: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kurangnya Aktivitas Fisik Siswa SMP Negeri 1 Bandung, Pembimbing I Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd. Pembimbing II dr. Kurnia Eka Wijawanti. M.KM

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kurangnya aktivitas fisik siswa SMP Negeri 1 Bandung. Sebuah metode yang digunakan adalah metode Studi Kasus. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampelnya, yang terdiri dari siswa-siswi SMP Negeri 1 Bandung 10 orang, Kepala Sekolah, Guru Pendidikan Jasmani tiga orang, dan orang tua siswa lima orang. Penggunaan Instrumen dan pengumpulan data dalam penelitian ini berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Pengolahan dan analisis data diperoleh hasil yakni faktor-faktor yang mempengaruhi kurangnya aktivitas fisik siswa dari segi internal meliputi sikap, emosi, kepercayaan, kebiasaan, dan kemauan sedangkan dari segi eksternal meliputi ekologis, desain dan arsitektur, teknologi, dan sosial. Kurangnya upaya siswa dalam meningkatkan aktivitas fisik dalam menunjang gaya hidup aktif, hal ini diakibatkan rendahnya pengetahuan mengenai gaya hidup aktif.

Kata Kunci: faktor, kurang, aktivitas fisik, gaya hidup aktif

ABSTRAC

Firdaus Mohamad Lutfi, 1102849, Department of Health Physical Education and Recreation, Title: Factors Affecting Students Lack of Physical Activity Junior High School 1 Bandung, Supervisor I Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd. Supervisor II dr. Eka Kurnia Wijawanti. M.KM

This study aimed to determine the factors that contributed to the lack of physical activity on students of SMP Negeri I Bandung. The method used was case study method. Purposive sampling was the sample collection technique, which consisted of 10 students of SMP Negeri 1 Bandung, Principal, three Education physical teachers, and parents of five students. The use of instruments and data collection in this study were in the form of interviews, observation, and documentation. Processing and analysis of data results were that the factors that contributed to the lack of physical activity of students in terms of internal factors including attitudes, emotions, beliefs, habits, and willingness while in terms of the external factors including ecological, design and architecture, technology, and social. Lack of student efforts to increase physical activity in supporting an active lifestyle, this is due to lack of knowledge regarding an active lifestyle.

Keywords: factors, lack of physical activity, active lifestyle