

ABSTRAK

Himam Fauzan Muntaha (2017). Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Pecinta Alam SHAWARAGA di SMA Negeri 9 Bandung.

Dosen Pembimbing : dr. Kurnia Eka Wijayanti, M. KM.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan tingkat kebugaran jasmani siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam SHAWARAGA. Metode dalam penelitian ini menggunakan deskriptif komparatif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa putra-putri kelas X dan kelas XI yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pecinta alam SHAWARAGA di SMA Negeri 9 Bandung. Sampel pada penelitian ini adalah 87 orang peserta, yang terdiri dari 11 orang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam SHAWARAGA, dan 76 orang siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam SHAWARAGA. Instrumen yang digunakan adalah Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk usia 16-19 tahun. Hipotesis dalam penelitian ini (H_1) adalah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam SHAWARAGA. Berdasarkan hasil perhitungan untuk menguji perbedaan rata-rata menggunakan analisis uji-T, memperoleh nilai t_{hitung} 12,102 $\geq t_{tabel}$ 1,988. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam SHAWARAGA di SMA Negeri 9 Bandung, atau dengan kata lain H_1 diterima.

Kata Kunci: Kebugaran Jasmani, Ekstrakurikuler, Pecinta Alam.

ABSTRACT

Himam Fauzan Muntaha (2017). The Differents Of Physical Fitness Students Who Joins and do not Join in the Outdoors Extracurricular SHAWARAGA in 9 of Bandung State Senior High School.

Supervisor : dr. Kurnia Eka Wijayanti, M. KM.

This study aims to investigate the comparison of students physical fitness which joins and do not join in the outdoors extracurricular SHAWARAGA. In this study, the writer applied descriptive comparative as the method. The population of this study is male and female students in ten and twelve degree from 9 of Bandung state Senior High School in Bandung regency that joined and not joined in the outdoors extracurricular SHAWARAGA. The writer selects 87 students as the sample of this study, specifically 11 students who joined the extracurricular SHAWARAGA and 76 students who do not joined in the extracurricular SHAWARAGA. The instrument used was Indonesian Pysical Fitness Test (TKJI) especially for age 16 up to 19. Hypothesis (H₁) in this research is that there were significant difference between the students who are joined and do not joined the extracurricular SHAWARAGA. The findings of this study revealed that $t_{hitung} 12,102 \geq t_{tabel} 1,988$ by means of the analysis of T-Test. Finally, the writer concludes that there were significant difference between the students who are joined and do not joined the extracurricular SHAWARAGA in 9 of Bandung state Senior High School, or in other words H₁ accepted.

Keywords : Physical Fitness, Extracurricular, The Nature Lovers.