

## ABSTRAK

**Rifa Salmafathya, 1105785, Program Studi Pendidikan Jasmani Kebugaran dan Rekreasi, Judul: Studi Korelasi Penggunaan *Smartphone* dengan Kebugaran Jasmani dan Konsentrasi Siswa Pada Ekstrakurikuler Olahraga (Penelitian *Ex Post Facto* Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 15 Bandung, Pembimbing: Jajat Darajat Kusumah N., S.Pd., M.Kes., AIFO**

Tujuan penelitian ini untuk menguji keikutsertaan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan kebiasaan penggunaan *smartphone* pada siswa terhadap tingkat kebugaran jasmani dan juga kemampuan konsentrasi. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 100 orang. Data diperoleh dengan melakukan tes konsentrasi menggunakan tes *Concentration Gird Exercise*, untuk mengukur intensitas penggunaan *smartphone* menggunakan Mobile Phone Dependence and Healthy Lifestyle (MPDQ), instrumen atau alat ukur kebugaran jasmani yaitu TKJI (*Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*). Data diolah menggunakan program SPSS versi 22. Hasil penelitian ini adalah: 1) tidak terdapat korelasi antara penggunaan *smartphone* dengan tingkat kebugaran jasmani siswa atau memiliki korelasi yang rendah, 2) terdapat korelasi antara penggunaan *smartphone* dengan tingkat konsentrasi siswa, namun memiliki korelasi yang relatif rendah, 3) terdapat korelasi antara tingkat kebugaran jasmani dengan tingkat konsentrasi siswa dan nilai *pearson correlation* namun memiliki korelasi yang relatif rendah. Sesuai dengan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara *smartphone* dengan kebugaran jasmani, *smartphone* dengan konsentrasi dan kebugaran jasmani dan konsentrasi.

Kata kunci : *Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga, Konsentrasi, Kebugaran Jasmani, Smartphone*

## **ABSRTAK**

**Rifa Salmafathya, 1105785, Study Program of Physical Education Fitness and Recreation, Title: Correlation Study of Smartphone Use with Physical Fitness and Student Concentration on Extracurricular Sports (Ex Post Facto Exhibition on Extracurricular Sports Activity at SMA Negeri 15 Bandung, Supervisor: Jajat Darajat Kusumah N., S.Pd., M.Kes., AIFO**

The purpose of this study was to examine the participation of students in the extracurricular activities of sports and the habits of smartphone use in students on the level of physical fitness as well as the ability of concentration. The number of samples in this study is 100 people. The data were obtained by conducting concentration tests using Concertation Gird Exercise test, to measure the intensity of smartphone use using Mobile Phone Depedence and Healthy Lifestyle (MPDQ), instrument or physical fitness apparatus namely TKJI (Physical Fitness Test Indonesia). The data is processed using SPSS program version 22. The result of this research is: 1) there is no correlation between the use of smartphones with the level of physical fitness of students or have a low correlation, 2) there is a correlation between the use of smartphones with the concentration level of students, but has a relatively low correlation , 3) there is a correlation between the level of physical fitness with the level of student concentration and pearson correlation value but has a relatively low correlation.

Keywords: Extracurricular Sports Activities, Concentration, Physical Fitness, Smartphone