

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk 1) mengetahui tingkat kebugaran jasmani remaja karangtaruna desa Wonosidi kecamatan Tulakan. 2) Mengetahui tingkat kebugaran jasmani remaja perokok aktif dan pasif remaja karangtaruna dusun Salam desa Wonosidi. 3) Memotivasi remaja karangtaruna desa Wonosidi supaya tetap sehat dan bugar.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif, dengan menggunakan metode survei. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan menggunakan tes Kebugaran Jasmani Indonesia. Populasi dalam penelitian ini merupakan anggota karangtaruna dusun Salam baik perokok aktif maupun pasif dengan jumlah 30 orang. Instrument yang digunakan dalam penelitian adalah menggunakan tes lari cepat 40 meter, tes gantung angkat tubuh 30 detik, tes baring duduk 30 detik, tes loncat tegak, dan tes lari 600 meter. Teknik Analisa data pada penelitian ini menggunakan analisa deskriptif.

Dari hasil data penelitian tes kebugaran jasmani remaja perokok aktif dan pasif anggota karangtaruna dusun Salam Desa Wonosidi, dapat ditarik Kesimpulan sebagai berikut: Tingkat Kebugaran Jasmani Remaja Perokok Aktif dan Pasif Anggota Karangtaruna di Dusun Salam Desa Wonosidi kategori Aktif berada pada klasifikasi sedang dengan persentase 0% (sebanyak 0 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani kategori baik sekali (BS), 0% (sebanyak 0 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani baik (B), 53,33% (8 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani sedang (S), 46,67% (7 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani kurang (K), dan 0% (0 orang) memiliki Tingkat kebugaran jasmani kurang sekali (KS). Sedangkan kategori pasif termasuk juga pada klasifikasi sedang dengan persentase 0% (sebanyak 0 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani baik sekali (BS), 40% (6 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani baik (B), 60% (9 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani sedang (S), 0% (sebanyak 0 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani kurang (K), dan 0% (sebanyak 0 orang) memiliki tingkat kebugaran jasmani kurang sekali (KS).

Kata kunci: survei, kebugaran jasmani, perokok aktif dan perokok pasif

ABSTRACT

This research aims to 1) determine the level of physical fitness of youth in Wonosidi village, Tulakan sub-district. 2) Determine the physical fitness level of teenage active and passive smokers in Salam Hamlet Wonosidi village. 3) Motivate youth in Wonosidi village to stay healthy and fit.

It is descriptive research using a survey method. The data collection technique in this research was the Indonesian Physical Fitness Test. The research population was 30 active and passive teenage smokers in Salam Hamlet Wonosidi village. The instruments used a 40-meter sprint test, a 30-second hanging body lift test, a 30-second sitting-lying test, an upright jumping test, and a 600-meter running test. The data analysis technique used descriptive analysis.

From the research results on physical fitness test data of teenage active and passive smokers of Salam Hamlet Wonosidi Village, the following conclusions are as follows: The physical fitness level of teenage active and passive smokers in Salam Hamlet Wonosidi Village showed that the Active category is in the medium classification with a percentage of 0% (0 people) having a Very Good physical fitness level (BS), 0% (0 people) having a Good physical fitness level (B), 53.33% (8 people) having a Medium physical fitness level (S), 46.67% (7 people) having a Poor level of physical fitness (K), and 0% (0 people) having a Very Low level of physical fitness (KS). Meanwhile, the Passive category is in the medium classification, with a percentage of 0% (0 people) having a Very Good level of physical fitness (BS), 40% (6 people) having a Good level of physical fitness (B), 60% (9 people) having a level of Moderate physical fitness (S), 0% (0 people) having a Poor physical fitness level (K), and 0% (0 people) having a Very Low physical fitness level (KS).

Keywords: *survey, physical fitness, active and passive smokers*