

PERBEDAAN STATUS KEBUGARAN JASMANI SISWA YANG BERPRESTASI AKADEMIK DENGAN SISWA YANG TIDAK BERPRESTASI AKADEMIK DI SMA NEGERI 1 BOYOLALI

Oleh
Krisnanda Dwi Apriyanto
NIM 08603141028

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status kebugaran jasmani siswa yang berprestasi akademik, status kebugaran jasmani siswa yang tidak berprestasi akademik, serta perbedaan status kebugaran jasmani siswa yang berprestasi akademik dengan siswa yang tidak berprestasi akademik di SMA Negeri 1 Boyolali.

Populasi penelitian ini adalah siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Boyolali, sedangkan sampel penelitian ini adalah 30 siswa putra kelas X yang terdiri atas 15 siswa berprestasi dan 15 siswa tidak berprestasi yang diambil secara *purposive sampling*. Ukuran prestasi akademik dilihat dari rata-rata nilai rapor. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitikal yang dilakukan dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik pengambilan datanya menggunakan instrumen tes. Tes yang digunakan adalah *Multistage Fitness Test*. Analisis data menggunakan uji *t-test* dengan taraf signifikansi yang digunakan sebesar 0,05 untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan antara status kebugaran jasmani siswa yang berprestasi akademik dengan siswa yang tidak berprestasi akademik di SMA Negeri 1 Boyolali.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara status kebugaran jasmani siswa yang berprestasi akademik dengan siswa yang tidak berprestasi akademik di SMA Negeri 1 Boyolali. Hasil perhitungan uji-t menghasilkan $t_{hitung} = 3,387$ lebih besar dari $t_{table} (t_{(28)}) = 2,05$ dengan taraf signifikansinya 0,05. Mean siswa yang berprestasi akademik sebesar 36,638 sedangkan mean kelompok siswa yang tidak berprestasi akademik sebesar 31,954. Maka dapat disimpulkan bahwa kelompok siswa yang berprestasi akademik memiliki status kebugaran jasmani yang lebih baik daripada kelompok siswa yang tidak berprestasi akademik.

Kata kunci: kebugaran jasmani, siswa berprestasi, siswa tidak berprestasi.