

## ABSTRAK

### PERBEDAAN KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS OLAHRAGA DAN KELAS REGULER DI SMP NEGERI 1 BATURADEN BANYUMAS

Rifki Yulianto

**Latar Belakang:** Proses pembelajaran serta perbedaan tingkat aktivitas fisik yang banyak menimbulkan perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas olahraga dan kelas reguler di SMP Negeri 1 Baturaden. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kebugaran jasmani siswa kelas olahraga dan kelas reguler di SMP Negeri 1 Baturaden Banyumas.

**Metodologi:** Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei dan meninjau dengan teknik tes dan pengukuran. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*.

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kebugaran jasmani siswa kelas olahraga mayoritas pada kategori “sedang” sebesar 52,9% (18 siswa), sedangkan siswa kelas reguler mayoritas pada kategori “kurang” sebesar 58,8% (20 siswa).

**Kesimpulan:** Terdapat perbedaan kebugaran jasmani siswa kelas olahraga dan kelas reguler di SMP Negeri 1 Baturaden Banyumas.

**Kata Kunci:** Kebugaran Jasmani, Olahraga, Reguler, Baturaden.

## **ABSTRACT**

### ***THE DIFFERENCES IN PHYSICAL FITNESS OF SPORTS CLASS STUDENTS AND REGULAR CLASSES AT SMP NEGERI 1 BATURADEN BANYUMAS***

*Rifki Yulianto*

**Background:** *The learning process and the different levels of physical activity cause many differences in the level of physical fitness of sports class students and regular classes at SMP Negeri 1 Baturaden. The purpose of this study was to determine differences in physical fitness of sports class students and regular classes at SMP Negeri 1 Baturaden Banyumas.*

**Methodology:** *The design of this study is quantitative descriptive using survey methods and reviewing with test and measurement techniques. Sampling in this study using simple random sampling.*

**Research Results:** *The results of the study showed that the majority of the physical fitness level of the sports class majority was in the "moderate" category of 52.9% (18 students), while the majority of students in the "less" category were 58.8% (20 students).*

**Conclusion:** *There are differences in physical fitness of sports class students and regular classes at SMP Negeri 1 Baturaden Banyumas.*

**Keywords:** *Physical Fitness, Sports, Regular, Baturaden.*