

BAB V

SIMPULAN

5.1 Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VII di SMP Negeri 15 Kota Jambi yaitu 0 siswa (0 %) mempunyai tingkat kebugaran baik sekali, 2 siswa (7,40%) mempunyai tingkat kebugaran baik, 14 siswa (51,85%) mempunyai tingkat kebugaran sedang, 7 siswa (25,92 %) mempunyai tingkat kebugaran kurang dan 4 siswa (14,81 %) mempunyai tingkat kebugaran kurang sekali. Sebagian besar tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki oleh siswa putra di SMP Negeri 15 Kota Jambi menunjukkan kategori kurang sekali.