

ABSTRAK

Ramadhan, Syahrul. 2021. *Pengaruh Penggunaan Masker Terhadap Kemampuan Lari Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Usia 16-19 Tahun*. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing (1) Dr. dr. Hayati M.Kes. Pembimbing (2) Shandy Pieter S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : penggunaan masker, lari TKJI usia 16-19 tahun.

Penelitian ini di latar belakang oleh permasalahan yang ada pada dunia khususnya di negara kita sendiri yang sedang dilanda oleh sebuah virus yang berbahaya bernama Covid 19. Selama masih belum ditemukan sebuah solusi untuk virus ini dianjurkan untuk tetap dirumah saja terlebih ada kepentingan yang mendesak dan selalu menjaga kebersihan dan kesehatan dengan memperhatikan protokol kesehatan serta membudayakan 3M. Karena dalam masa PSBB semua instansi pendidikan diberhentikan untuk melakukan proses belajar mengajar secara tatap muka diganti dengan pembelajaran daring maka untuk mata pelajaran pendidikan jasmani tidak bisa dilakukan juga dilapangan. Tetapi di SMKN 4 Surabaya memiliki cara khusus untuk mata pelajaran pendidikan jasmani agar siswa bisa tetap menjaga kesehatan dengan berolahraga yaitu dengan praktek secara mandiri melakukan lari TKJI usia 16-19 tahun dan tetap memperhatikan protokol kesehatan. Tujuan penelitian yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh penggunaan masker terhadap kemampuan lari TKJI usia 16-19 tahun.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dalam jenis penelitian *Post-test Only Control Group Design*. Subjek penelitian adalah siswi kelas XI Pemasaran 3 di SMKN 4 Surabaya dengan jumlah 38 anak. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dengan menggunakan alat penilaian berupa lembar observasi serta dokumentasi. Penelitian ini menggunakan analisis

deskriptive, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji T Test Independent.

Bentuk pengaruhnya ditunjukkan pada hasil analisis *deskriptive* yaitu lari dengan menggunakan masker akan mendapatkan perolehan waktu *minimum* yang lebih besar daripada lari tanpa menggunakan masker, lari dengan menggunakan masker akan mendapatkan waktu *maximum* yang lebih besar dibandingkan lari tanpa menggunakan masker, lari dengan menggunakan masker akan mendapat nilai *minimum* yang lebih rendah dari lari tanpa menggunakan masker, lari dengan menggunakan masker mempengaruhi nilai *maximum* yang lebih rendah dari lari tanpa menggunakan masker, lari dengan menggunakan masker mendapatkan mean waktu yang semakin besar dibandingkan lari tanpa menggunakan masker, lari dengan menggunakan masker semakin kecil perolehan *mean* nilai yang didapatkan daripada lari tanpa menggunakan masker, *standart deviation* yang diperoleh lari dengan menggunakan masker lebih kecil dibandingkan lari tanpa menggunakan masker, dan *standart devation* yang diperoleh lari dengan menggunakan masker lebih kecil dibandingkan lari tanpa menggunakan masker. Kemudian di analisis menggunakan uji Normalitas, uji homogenitas, dan uji T Test Independent. Dari t hitung diketahui bahwa nilai probabilitasnya atau signifikan sebesar 0,01. Jika nilai probabilitas lebih kecil dari taraf probabilitas yang dijadikan pedoman untuk pengambilan keputusan berarti dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang mengartikan penggunaan masker mempengaruhi kemampuan lari TKJI usia 16-19 tahun.