

Lampiran 8. Angket

ANGKET *

(*Diisi oleh peserta Tes Kebugaran)

PETUNJUK

Isilah **titik-titik** atau berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang sesuai dengan diri anda. Jawaban anda tidak dinilai benar atau salah, yang penting sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

IDENTITAS

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin : (1) Pria (2) Wanita
4. Tinggi Badan : Berat badan
5. Pekerjaan sekarang :
 (1) TNI/Polri (2) PNS (3) Pegawai Swasta (4)
 Pedagang
 (5) Petani (6) Mahasiswa/Pelajar (7) Lainnya:

PERTANYAAN

1. Apakah dalam satu minggu terakhir ini, anda melakukan kegiatan olahraga?
 (1). Ya (2).Tidak
 Jika anda menjawab Ya, lanjutkan ke nomor 2
 Jika anda menjawab Tidak, lanjutkan ke nomor 9

2. Sudah berapa lama anda melakukan kegiatan olahraga?
(1) 0 – 1 tahun (2) 1 – 2 tahun (3) 2 – 3 tahun (4) 3 tahun lebih

3. Berapa kali rata-rata anda berolahraga dalam seminggu?
(1) Tidak tentu, kadang melakukan kadang tidak.
(2) 1 kali (3) 2 kali (4) 3 kali (5) Lebih dari 3 kali

4. Berapa waktu rata-rata yang anda gunakan setiap kali berolahraga?
(1) 0 – 30 menit (2) 30 – 60 menit (3) 1 – 1½ jam
(4) 1½ - 2 jam (5) 2 jam lebih

5. Dalam berolahraga, jenis olahraga (cabang olahraga) apa yang sering anda lakukan :
 - 1) sepak bola
 - 2) bola voli
 - 3) bulutangkis
 - 4) atletik
 - 5) Senam
 - 6) basket
 - 7) renang
 - 8) beladiri
 - 9) lainnya,

6. Apakah tujuan utama anda berolahraga?
 - (1) Menjaga kesehatan
 - (2) menurunkan berat badpn
 - (3) Menambah pergaulan
 - (4) Berprestasi dalam olahraga
 - (5) Lainnya:

7. Melalui jalur apa anda melakukan olahraga?
- (1) Sekolah
 - (2) Klub
 - (3) Tempat kerja
 - (4) Sendiri
 - (5) Lainnya:
8. Pernahkah anda merasa malas untuk melakukan kegiatan olahraga?
- (1) Pernah (2) Tidak pernah
- Jika anda menjawab pernah, lanjutkan ke nomor 9
- Jika anda menjawab tidak pernah, lanjutkan ke nomor 10
9. Mengapa anda tidak melakukan kegiatan olahraga?
- (1) tidak berminat
 - (2) tidak ada waktu
 - (3) tidak ada sarana/prasarana
 - (4) Lelah
 - (5) sudah cukup melalui pekerjaan yang saya lakukan
 - (6) Lainnya:
10. Menurut pendapat anda, bagaimanakah fasilitas olahraga di daerah anda sekarang ini?
- (1) Memadai (2) Kurang (3) Sangat Kurang

TERIMAKASIH ATAS PARTISIPASINYA DALAM KEGIATAN INI ^_^