

ABSTRAK

Hary Satria Ma'ruf (2017) : Studi Tentang Kesegaran Jasmani SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, diduga oleh kurangnya aktifitas gerak, keadaan lingkungan, asupan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian seluruh siswa SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan berjumlah 167 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive random sampling*, maka sampel ditetapkan sebanyak 27 orang dengan rincian 15 orang putra dan 12 orang putri. Pengambilan data kesegaran jasmani dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) umur 10-12 tahun. Teknik analisis data kesegaran jasmani dilakukan dengan persentase.

Adapun hasil penelitian ini yaitu dari 27 responden penelitian mewakili siswa SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan diperoleh Rata-rata tingkat kesegaran jasmani yang dimiliki siswa putra SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan dikategorikan sedang yaitu pada nilai 14-17 sebanyak 7 orang responden (46.67%). Rata-rata tingkat kesegaran jasmani yang dimiliki siswa putri SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan dikategorikan kurang yaitu pada nilai 10-13 sebanyak 6 orang responden (50%). Tingkat kesegaran jasmani siswa SDN 05 Kanagarian Kambang Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan sesuai dengan rata-rata untuk nilai kesegaran jasmani siswa dapat dikategorikan Sedang yaitu 14,40 yaitu berada pada nilai 14-17.