

## ABSTRAK

**Ira Hijriah, 55831 : Tinjauan Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang kecamatan Palembang Kabupaten Agam**

Masalah dalam penelitian ini adalah di duga rendahnya Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang Kecamatan Palembang Kabupaten Agam. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi dan tingkat kebugaran jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang Kecamatan Palembang Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, Populasi dalam penelitian ini adalah kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang Kecamatan Palembang Kabupaten Agam yang berjumlah 49 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Porposional Random Sampling* yakni penarikan sampel berdasarkan pertimbangan peneliti yang berjumlah 38 orang. Untuk mendapatkan data status gizi dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan siswa, sedangkan untuk data tingkat kebugaran jasmani digunakan tes TKJI untuk 10-12 tahun, yang terdiri dari 1) Lari 40 meter, 2) Tes gantung siku tekuk, 3) Baring duduk 30 detik (*sit up*), 4) Loncat tegak, 5) Lari 600 meter. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif bentuk persentase.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa sebagai berikut : 1) Status gizi putra dari 22 orang siswa termasuk dalam kategori Normal, 2) Status gizi putri dari 16 orang siswi termasuk dalam kategori Normal, 3) Tingkat kebugaran jasmani putra dari 22 orang siswa termasuk dalam kategori Sedang, 4) Tingkat kebugaran jasmani putri dari 16 orang siswi termasuk dalam kategori Sedang.

**Kata Kunci : *Status Gizi, Kebugaran Jasmani***