

ABSTRAK

Marta Andespi (2017): Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi peneliti yaitu untuk mengetahui Tingkat Kebugaran Jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Kebugaran Jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang yang berkenaan dengan kecepatan, kekuatan dan daya tahan otot lengan dan otot bahu, kekuatan dan daya tahan otot perut, daya ledak (*Power*) otot tungkai dan daya tahan kardiorespiratori.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang yang terdiri dari kelas IV, kelas V dan kelas VI yang berjumlah 184 orang siswa. Penarikan sampel dilakukan dengan *Purposive Stratified Random Sampling*, maka sampel berjumlah 81 orang siswa. Setelah data didapat, maka teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan tabulasi frekwensi.

Dari hasil penelitian berdasarkan norma standarisasi untuk masing-masing kondisi fisik menunjukkan : 1) Tingkat Kebugaran Jasmani siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang tergolong klasifikasi kurang, 2) Tingkat Kebugaran Jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang tergolong klasifikasi kurang, 3) Tingkat Kebugaran Jasmani siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang tergolong klasifikasi kurang, 4) Tingkat Kebugaran Jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Cindakir Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang tergolong klasifikasi kurang.

Kata Kunci : Tingkat Kebugaran Jasmani