

ABSTRAK

Rahmi Yunita. 2012. “Tinjauan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang Kecamatan Palembayan Kabupaten Agam” Skripsi. Padang: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Masalah dalam penelitian ini adalah di duga rendahnya Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa pada Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang Kecamatan Palembayan Kabupaten Agam. Penyebab permasalahan ini di duga disebabkan oleh faktor tingginya tingkat kelelahan siswa dalam pembelajaran Penjasorkes. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kebugaran jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang Kecamatan Palembayan Kabupaten Agam.

Populasi dalam penelitian ini adalah kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 09 Gumarang Kecamatan Palembayan Kabupaten Agam yang berjumlah 49 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling* yakni dengan penarikan 80% karena semakin banyak sampel maka semakin bagus yang berjumlah 38 orang. Jenis data adalah primer dan sekunder. Teknik pengambilan data dilakukan dengan tes yakni Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) tahun 2010 untuk SD umur 10-12 tahun, data dianalisis dengan teknik analisis deskriptif.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa putra dan putri tergolong sedang, ini terlihat dari 40,91% orang putra memiliki kebugaran jasmani **baik**, 31,82% pada kategori **sedang**, dan 27,27% pada kategori **kurang**, begitu juga dengan siswi putri sebanyak 31,25% orang memiliki kebugaran jasmani **baik**, 56,25% pada kategori **sedang**, dan 12,5% pada kategori **kurang**.

Kata kunci : *Kebugaran Jasmani*