

## ABSTRAK

**Yul Erman : Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 24 Alahan Panjang Kecamatan Lembah Gumanti Kabupaten Solok.**

Masalah dalam penelitian ini berawal dari dugaan rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 24 Alahan Panjang Kecamatan Lembah Gumanti Kabupaten Solok. Hal ini didasarkan atas kemampuan siswa mengikuti pembelajaran tidak bersemangat, malas, sering mengantuk dan mudah lelah pada saat proses pembelajaran. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 24 Alahan Panjang Kecamatan Lembah Gumanti Kabupaten Solok.

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri 24 Alahan Panjang yang berjumlah 237 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik purposive *sampling*, yaitu menetapkan siswa kelas V yang berjumlah 28 orang sebagai sampel. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kesegaran jasmani siswa adalah Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) umur 10-12 tahun. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif.

Hasil analisis data diperoleh sebagai berikut: 1) dari 15 orang responden Putra menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani pada klasifikasi Baik Sekali ada 1 orang (6,67%), kategori baik 6 orang (40%), kategori sedang 5 orang (33,33%), kategori Kurang 2 orang (13,33%), dan kategori kurang Sekali 1 orang (6,67%), 2). Dari 13 orang responden Putri menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani pada klasifikasi baik sekali 2 orang (15,39%), klasifikasi baik 4 orang (30,77%), klasifikasi sedang 6 orang (46,15%), klasifikasi kurang” 1 orang (7,69%).

Kata kunci : Kesegaran Jasmani