

## ABSTRAK

**David Junaidi. 98051/2009 “Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Parambahan Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok”. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. 2017.**

Tingkat kesegaran jasmani berpengaruh terhadap kesiapan fisik maupun mental seseorang untuk sanggup menerima beban kerja sehari-hari. Hal ini juga berlaku bagi siswa yang mempunyai tugas belajar setiap harinya. Tetapi, kenyataan yang terjadi di lapangan tidak sedikit siswa yang memiliki tingkat kesegaran jasmani yang kurang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Parambahan Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok”.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa (putra) yang berumur 10-12 tahun SDN 05 Parambahan Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok yang berjumlah 41 orang siswa (putra). Sedangkan yang menjadi sampel berjumlah 29 orang siswa (putra) usia 10-12 tahun. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proportional random sampling*. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analisis deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan metode tes dan pengukuran.

Hasil analisis menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Parambahan Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok berada pada kategori kurang sekali dengan persentase sebesar 0% (tidak ada siswa), kategori kurang persentase sebesar 0% (tidak ada siswa), kategori sedang persentase sebesar 27,60% (8 siswa), kategori baik persentase sebesar 58,60% (17 siswa), dan kategori baik sekali dengan persentase sebesar 13,80% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 18,58, tingkat kebugaran jasmani siswa putra masuk dalam kategori baik.