

## ABSTRAK

### **Ilham Mahendri. 2019. “Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 31 Koto Pulaui di Daerah Perbukitan dan Siswa SD Negeri 40 Pasar Baru Lakitan di Daerah Pantai Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan”.**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahui tingkat kebugaran jasmani siswa/i SD N 31 Koto Pulaui di daerah Perbukitan dan siswa/i SD N 40 Pasar Baru Lakitan di daerah Pantai. tujuan peneltian ini adalah untuk mengungkapkan tentang tingkat kebugaran jasmani siswa/i SD N 31 Koto Pulaui di daerah Perbukitan dan siswa/i SD N 40 Pasar Baru Lakitan di daerah Pantai.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 11 dan 13 Agustus 2019. Populasi penelitian adalah seluruh siswa/i SD N 31 Koto Pulaui di daerah Perbukitan yang berjumlah 103 orang dan siswa/i SD N 40 Pasar Baru Lakitan di daerah Pantai yang berjumlah 117 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, jadi jumlah sampel sebanyak 28 orang siswa/i SD N 31 Koto Pulaui di daerah Perbukitan dan 28 orang siswa/i SD N 40 Pasar Baru Lakitan di daerah Pantai. Instrumen yang digunakan adalah Tes Kebugaran Jasmani Indonesia yang terdiri dari tes lari 40 meter, tes gantung siku tekuk, tes *sit-up*, tes loncat tegak, dan tes lari 600 meter. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil penelitian sebagai berikut; (1) tingkat kebugaran jasmani siswa/i SD N 31 Koto Pulaui di daerah Perbukitan diperoleh nilai rata-rata 17,29 dikategorikan sedang terdapat sebanyak 7 orang (50%) pada siswa, sedangkan pada siswi diperoleh nilai rata-rata 16,07 dikategorikan sedang terdapat sebanyak 6 orang (43%); dan (2) tingkat kebugaran jasmani siswa/i SD N 40 Pasar Baru Lakitan di daerah Pantai diperoleh nilai rata-rata 12,36 dikategorikan kurang terdapat sebanyak 5 orang (36%) pada siswa, sedangkan pada siswi diperoleh nilai rata-rata 15,71 dikategorikan sedang terdapat sebanyak 11 orang (79%). Jadi rata-rata tingkat kebugaran jasmani yang baik terdapat pada siswa SD N 31 Koto pulaui di daerah perbukitan.

Kata kunci: kebugaran jasmani, siswa SD, Perbukitan, dan Pantai.