

ABSTRAK

TOMI SAPUTRA : TINGKAT KESEGERAN JASMANI SISWA SDN 02 VII KOTO TALAGO

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kesegaran jasmani siswa SDN 02 VII Koto Talago. Kesegaran jasmani merupakan salah satu hal penting yang sangat diperlukan oleh setiap orang sebagai penunjang dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa SDN VII Koto Talago.

Penelitian ini tergolong pada jenis deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa di SDN 02 VII Koto Talago yang berjumlah 129 orang. Sampel dalam penelitian ini ditetapkan hanya siswa kelas V saja yang berjumlah 21 orang dengan rincian 13 orang siswa laki-laki dan 8 orang siswa perempuan. Pengambilan data dilakukan melalui Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) 10-12 tahun. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis distribusi frekuensi (*statistik deskriptif*) dengan perhitungan persentase.

Berdasarkan analisis data ditemukan. Hasil Tingkat Kebugaran Jasmani siswa SDN 02 VII Koto Talago siswa laki-laki yang berada pada kategori baik hanya 7,69% (1 orang), sementara tidak terdapat satupun kategori baik pada siswa perempuan. Sekitar 38,46% (5 orang) siswa laki-laki berada pada kategori sedang dan 37,50% (3 orang) siswa perempuan yang berada pada kategori sedang. Untuk kategori kurang terdapat 46,15% (6 orang) siswa laki-laki dan 62,50% (5 orang) siswa perempuan. Terdapat 7,69% (1 orang) siswa laki-laki yang berada pada kategori kurang sekali, namun siswa perempuan tidak ada yang berada pada kategori ini. Dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kesegaran Jasmani SDN 02 VII KOTO TALAGO berada pada kategori kurang.

Kata kunci : Tingkat Kesegaran Jasmani, siswa SDN 02 VII KOTO TALAGO