

ABSTRAK

Andre Andika (2018) : Tinjauan Kebugaran Jasmani Peserta Didik Usia 10-12 Tahun SD Negeri 10 Angge Palimbatan Kecamatan Palupuh Kabupaten Agam

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki peserta didik usia 10-12 tahun di SD Negeri 10 Angge Palimbatan Kecamatan Palupuh Kabupaten Agam. Hasil observasi menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki oleh peserta didik di SD Negeri 10 Angge Palimbatan Kecamatan Palupuh Kabupaten Agam masih rendah. Hal ini dapat dilihat pada saat proses belajar mengajar terjadi. Peserta didik cenderung lebih banyak duduk dan tidak ikut beraktivitas bersama peserta didik lainya selama jam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) berlangsung.

Jenis Penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua peserta didik yang berusia 10-12 tahun di SD Negeri 10 Angge Palimbatan Kecamatan Palupuh Kabupaten Agam. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*, yaitu dengan menjadikan semua populasi sebagai sampel dalam penelitian. Data dalam penelitian ini bersifat primer, karena dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data secara langsung dengan cara melakukan tes kebugaran jasmani yaitu TKJI. Data mengenai hasil kebugaran jasmani kemudian dikumpulkan dan dianalisis menggunakan statistic deskriptif.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, secara keseluruhan hasilnya menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani peserta didik usia 10-12 tahun di SD Negeri 10 Angge Palimbatan Kecamatan Palupuh Kabupaten Agam diperoleh rata-rata nilai sebesar 14,44 yang mana hal ini berada pada klasifikasi “Sedang”. Kemudian data digolongkan berdasarkan jenis kelamin peserta didik sebagai berikut: 1)Tingkat kebugaran jassmani peserta didik putera usia 10-12 tahun di SD Negeri 10 Angge Palimbatan Kecamatan Palupuh Kabupaten Agam diperoleh rata-rata nilai sebesar 15,07 yang mana hal ini berada pada klasifikasi “Sedang”. 2) usia 10-12 tahun di SD Negeri 10 Angge Palimbatan Kecamatan Palupuh Kabupaten Agam diperoleh rata-rata nilai sebesar 13,9 yang mana hal ini berada pada klasifikasi “Kurang”

Kata kunci: kebugaran jasmani