

ABSTRAK

Yudi Hernando (2019) : Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Limau Kecamatan Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman

Masalah dalam penelitian berawal dari tidak semua siswa aktif dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes. Dimana dalam melakukan aktivitas olahraga siswa cepat letih seperti orang kelelahan serta kurang bersemangat dan malas melakukan kegiatan olahraga. Diduga salah satu faktor penyebab masalah ini adalah tingkat kesegaran jasmani. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Limau Kecamatan Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman.

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian berjumlah 84 orang siswa, Penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, sampel pada penelitian berjumlah 41 orang. Data kesegaran jasmani digunakan tes TKJI untuk 10-12 tahun. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut : 1) Tingkat kesegaran jasmani dari 23 orang siswa putra, kategori baik sekali tidak, 2 orang (8.69%) siswa kategori baik. 10 orang (43.48%) siswa kateori sedang, 11 orang (47.83%) siswa kategori kurang dan kategori kurang sekali tidak ada. Secara tingkat kesegaran jasmani siswa putra termasuk kategori sedang, 2) Tingkat kesegaran jasmani dari 18 orang siswa putri, kategori baik sekali dan baik tidak ada, 6 orang (33.33%) siswa kategori sedang, 12 orang (66.67%) siswa kategori kurang dan kategori kurang sekali. Secara keseluruhan tingkat kesegaran jasmani siswa putri termasuk kategori kurang.