

ABSTRAK

“Studi Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Kampung Pondok Padang Dengan Sekolah Dasar Negeri XII Dusun Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan” Skripsi 2011

OLEH : Musmaiwan,

Penelitian dilatarbelakangi masih banyaknya siswa sekolah dasar yang dalam melakukan aktifitas fisik sehari-hari cepat mengalami kelelahan, terutama pada siswa yang berada dilingkungan kota yang dalam kesehariannya biasa oleh orang tuanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa SDN 02 Kampung Pondok Padang dan tingkat kesegaran jasmani siswa SDN XII Dusun Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi penelitian siswa SDN 02 Kampung Pondok Padang dan siswa SDN XII Dusun Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan. Sampel penelitian yaitu siswa kelas IV dan V yang berjumlah 26 orang yang masing-masing sekolah diambil sebanyak 13 orang siswa. Teknik pengambilan sampel yaitu *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data yaitu dengan memberikan tes kesegaran jasmani yaitu Lari Cepat 40 m, Lari Jarak 600m, Gantung Angkat tubuh, Tes Baring Duduk, Loncat tegak. Teknik analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat kesegaran jasmani siswa SDN 02 Kampung Pondok Padang sebesar 10,08, termasuk dalam kategori kurang, sedangkan tingkat kesegaran jasmani siswa SDN XII Dusun Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan sebesar 14,15, termasuk dalam kategori sedang. Kesimpulan hasil penelitian bahwa tingkat kesegaran jasmani siswa SDN XII Dusun Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan lebih baik dari kesegaran jasmani siswa SDN 02 Kampung Pondok Padang.

Kata Kunci : *Tingkat Kesegaran Jasmani*