

ABSTRAK

HENDRI GUNAWAN 2008/06823 : Tinjauan Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Aur Kuning Kota Bukittinggi.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa SD Negeri 02 Aur Kuning Kota Bukittinggi. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhinya. Dalam salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kesegaran jasmani, terutama faktor fisik dapat dilihat dari tingkat kesegaran jasmani siswa. Kurangnya aktifitas gerak yang dilakukan siswa, karena pengaruh teknologi yang meningkat pesat sehingga kehidupan manusia menjadi lebih ringan, mudah dan nyaman. Akibatnya siswa akan lebih cenderung melakukan pekerjaan yang instan dan dibantu oleh teknologi. Akibatnya aktifitas gerak siswa minim sekali, tentunya akan mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa.

Penelitian ini bersifat deskriptif, dan sampelnya berjumlah 37 orang siswa yang terdiri dari 19 putra dan 18 putri yang dilaksanakan di SD Negeri 02 Aur Kuning Kota Bukittinggi, dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu sampel diambil berdasarkan kelompok umur. Untuk melihat tingkat kesegaran jasmani dilakukan dengan tes kesegaran jasmani. Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah bagaimanakah tingkat kesegaran jasmani siswa SD Negeri 02 Aur Kuning Kota Bukittinggi

Berdasarkan analisa penelitian yang telah dilakukan didapat rata-rata keseluruhan tingkat kesegaran jasmani siswa SD Negeri 02 Aur Kuning Kota Bukittinggi sebesar 10,46 dengan kategori kurang. Sebanyak 30 orang siswa SD Negeri 02 Aur Kuning Kota Bukittinggi dengan persentase sebesar 81,08 % memiliki kategori kurang dan 18,92 % atau sekitar 7 orang memiliki kategori kurang sekali.