

**PENGARUH PERMAINAN KECIL TERHADAP PENINGKATAN
KESEGERAN JASMANI SISWA SD NEGERI 2
GUNUNG TALANG KABUPATEN SOLOK.**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh
RESI YOHANA MARTATI
NIM. 06832

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan
Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Gunung Talang
Kabupaten Solok.

Nama : Resi Yohana Martati

NIM/TM : 06832/2008

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

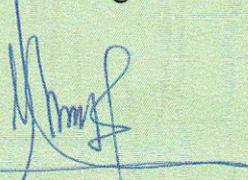
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2012

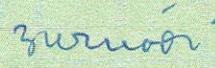
Disetujui oleh:

Pembimbing I



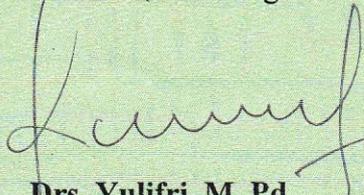
Drs. Yaslindo, MS
NIP. 19620206 198602 1 002

Pembimbing II



Drs. Willadi Rasyid, M. Pd
NIP. 19591121 198602 1 006

Diketahui:
Ketua Jurusan
Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M. Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

PENGESAHAN

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : **Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan
Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Gunung Talang
Kabupaten Solok.**

Nama : Resi Yohana Martati

NIM/TM : 06832/2008

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

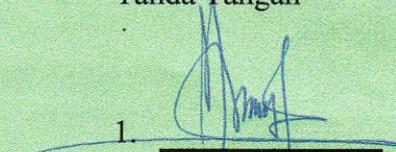
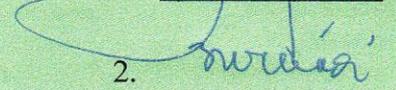
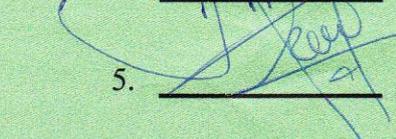
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2012

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Yaslindo, MS
2. Sekretaris : Drs. Willadi Rasyid, M. Pd
3. Anggota : Dr. H. Syahrial Bachtiar, M. Pd
4. Anggota : Dra. Rosmaneli, M. Pd
5. Anggota : Dra. Rosmawati, M. Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Juli 2012



Menyatakan

Resi Yohana Martati
Nim. 06832

HALAMAN PERSEMBAHAN HALAMAN PERSEMBAHAN

(Ali Bin Abu Thalib).

*Bukan suatu Aib jika kamu gagal dalam suatu usaha,
Yang merupakan Aib adalah jika kamu tidak bangkit
Dari kegagalan itu.*

*Jangan menyerah atas sesuatu
yang sangat kamu inginkan,
Memang sulit tuk **Menunggu**,
Tapi akan lebih sulit jika
akhirnya kamu **MENYESAL**.*

(QS Al Insyirah: 5)

*Tidak ada yang mudah,
Tapi tidak ada yang tidak mungkin.
Sesungguhnya di balik kesulitan itu, Terdapat
kemudahan.*

*Oleh karena itu **BERUSAHA LAH***

*Jangan menunggu waktu yang
tepat untuk melakukan hal
baik.*

*Jangan Terus Bertanya apa
yang mungkin terjadi.*

BERANIKAN DIRI!!



Puji dan Syukur ci ucapkan kepada Allah S.W.T yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunianya kepada ci sehingga pembuatan skripsi ini berjalan dengan baik dan lancar, dan tidak lupa kepada nabi Muhammad S.A.W yang telah membawa perubahan ke zaman yang berilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Alhamdulillah selesai juga akhirnya SKRIPSI yang memrlukan perjuangan yang amat sangat teramat berat. Perjuangan yang amat sangat teramat berat itu terasa sewaktu pengajuan jadwal kompre, mulai dari kepala yang terbentur di kolam renang yang membuat ci berfikir bahwa kepala ci akan pecah atau akan mengalami geger otak atau pendarahan di kepala tapi untung semua itu tidak terjadi semua itu berkat Allah S.W.T. Sungguh segala Puji bagi Allah yang masih memberikan ci keselamatan sampai saat ini, Selanjutnya penderitaan ci yaitu kaki ci yang keseleo yang mana saat itu ci harus mencari dosen demi kelangsungan Skripsi ini. Tapi itu lah ujian yang harus di lalui sebagaimana kata pepatah "**Bersakit-sakit dahulu, bersenang-senang kemudian**" dan syukur Alhamdulillah ci sudah membuktikan kata pepatah tersebut dengan selesainya skripsi ini.

Ucapan terima kasih ci yang tidak terhingga untuk kedua orang tua ci ayahanda (Suharfo Yustato) dan **ibunda (Yon Asni S.Pd, M.M.Pd)** yang telah memberikan kasih sayang yang berlimpah mulai dari ci lahir sampai saat sekarang dan untuk seterusnya. Terima kasih mama dan papa untuk segala sesuatu yang telah diberikan untuk ci sehingga ci bisa meraih gelar sarjana ini. Spesial untuk mama terima kasih untuk segala "perjuangan" mama yang telah mama berikan untuk ci... Dan terima kasih untuk saudara Q satu-satunya beserta istri (Yowil Tatilo & **Gusrini Yasa**) yang telah memberikan support untuk ci dalam penyelesaian skripsi ini.

Untuk teman-teman kelas B (NR) yang senasib seperjuangan dengan ci yaitu **Darmila Vera** yang telah wisuda tapi selalu

memberikan semangat dan dengan sabar menjelaskan sesuatu yang tidak ci menegerti tentang skripsi maupun yang lainnya, **Dippi, Wandu, Erik, Zalfi, Roval, Ramadhani, Praska, Isterlina, Eko Marliza, Putri, Silvia**, akhirnya kita wisuda juga,, sama-sama masuk dan sama-sama angkat kaki dari kampus tercintong ini dalam keadaan terhormat dengan membawa hasil perjuangan selama 4 tahun kuliah dengan IPK yang tidak malu-maluin dan untuk teman-teman kelas B (NR) yang tidak tertulis namanya sorry...

Buat My Family Noisy dormb yang tercintong yang telah terlebih dahulu wisuda dan angkat kaki dari UNP yang tidak setia kawan bgt (tungguin gw napa??). Mereka yaitu= **Mifta Urrahmah** Alias **Ta'ur**, **Rahmawati Wae** Alias **Manusia Edit**, **Gustia Angraini** Alias **Tek Guh**. Thanks buat support and motivasinya yang telah banyak membimbing ci kejalan yang lurus maupun jalan berbelok (Berbelok dalam arti positif donk tentunya) yang mana selama qt hidup bersama di Blabis, Steba, dan Patenggan banyak menemui kendala-kendala yang membuat spaning tinggi dan menderita tekanan darah tinggi mendadak meskipun begitu qt tetap bisa melaluinya walaupun dengan cara tarik urat (wahahaha) and the last thanks to **green kost** tidak terasa sudah 2 tahun saia tinggal disana dengan problema yang bermacam ragam but It's OK anggap aja pendewasaan diri heheh Thanks all 😊 ♥♥♥ ..

ABSTRAK

Resi Yohana Martati (2012) : Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Gunung Talang Kabupaten Solok.

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi peneliti kurangnya kesegaran jasmani siswa SD Negeri 02 Gunung Talang Kabupaten Solok, hal ini dapat dilihat pada saat melakukan permainan kecil banyak siswa yang tidak mengikuti aktivitas tersebut. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Gunung Talang Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas IV dan Kelas IV SD Negeri 02 Gunung Talang Kabupaten Solok yang mana jumlah Putera Kelas IV 14 orang, Puteri Kelas IV 11 orang dan Putera Kelas V 9 orang, Puteri Kelas V 16 orang, dengan jumlah keseluruhan 50 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan *Teknik Sensus*, maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 orang. Setelah data didapat dan diolah menggunakan uji-t.

Dari hasil penelitian yang didapat maka diambil kesimpulan bahwa terdapat Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswa putra SD Negeri 02 Gunung Talang Kabupaten Solok, terbukti dengan $t_{hitung} 3,943 > t_{tabel} 2,021$ pada $\alpha=0,05$. Kemudian terdapat Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswa putri SD Negeri 02 Gunung Talang Kabupaten Solok, terbukti dengan $t_{hitung} 6,694 > t_{tabel} 2,009$ pada $\alpha=0,05$.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunianya yang telah memberikan kekuatan kepada peneliti, sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok”**. Skripsi ini merupakan salah satu langkah untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari banyak terdapat kekurangan dalam skripsi ini, dan peneliti juga telah banyak mendapatkan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Dengan segala ketulusan dan kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Drs. Arsil, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Drs. Yulifri, M. Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga.
3. Drs. Yaslindo, MS selaku penasehat akademis sekaligus sebagai pembimbing I (satu) dan Drs. Williadi Rasyid, M. Pd selaku pembimbing II (dua) yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan petunjuk serta arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada tim penguji: Dr. H. Syahrial Bachtiar, M. Pd, Dra. Rosmaneli, M. Pd dan Dra. Rosmawati, M. Pd yang memberikan masukan dan saran terhadap skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepada kedua orang tua yaitu ayahanda Suharfo Yusatato dan ibunda Yon Asni dan juga buat abang Yowil Tatilo beserta istri Gusrini Yeza yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Buat teman-teman seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis rincikan satu persatu dan ikut membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengelola pendidikan dimasa yang akan datang. Semoga Allah senantiasa memberikan taufik dan hidayah-Nya pada kita semua Amin.....

Padang, Juli 2011

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
SURAT PERNYATAAN	
PERSEMBAHAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Kesegaran Jasmani.....	7
2. Faktor-faktor kesegaran jasmni.....	10
3. Permainan Kecil.....	13
B. Kerangka Konseptual	18
C. Hipotesis Penelitian.....	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19
C. Populasi dan Sampel	19
D. Jenis Data dan Sumber Data	20

E. Instrumen Penelitian.....	22
F. Teknik Analisis Data.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	29
B. Pengujian Persyaratan Analisis Dengan Uji Lilliefors.....	35
C. Pengujian Hipotesis.....	35
D. Pembahasan.....	36
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA	42

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi.....	20
2. Sampel.....	20
3. Tenaga Pembantu Penelitian	27
4. Penilaian Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Siswa Putra.....	27
5. Penilaian Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Siswa Putri	27
6. Norma Klasifikasi Tes Kesegaran Jasmani Indonesia	28
7. Data Hasil Tes Awal Putra.....	29
8. Data Hasil Tes Akhir Putra	31
9. Data Hasil Tes Awal Putri	32
10. Data Hasil Tes Akhir Putri.....	34
11. Uji Normalitas Data dengan Uji Liliefors	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	18
2. Lari 40 Meter.....	22
3. Gantung Siku Tekuk Putra dan Putri	23
4. Baring Duduk Putra dan Putri	24
5. Loncat Tegak Putra dan Putri.....	25
6. Lari 600 Meter.....	26
7. Histogram Tes Awal Siswa Putra	30
8. Histogram Tes Akhir Siswa Putra.....	32
9. Histogram Tes Akhir Siswa Putri	34
10. Histogram Tes Akhir Siswa Putri	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Lengkap Tes Awal.....	44
2. Data Lengkap Tes Akhir	47
3. Uji normalitas pretest kesegaran jasmani siswa putra.....	50
4. Uji normalitas posttest kesegaran jasmani siswa putra	51
5. Uji normalitas pretest kesegaran jasmani siswa putri	52
6. Uji normalitas posttest kesegaran jasmani siswa putri.....	53
7. Data pembantu hasil tes kesegaran jasmani siswa putra.....	54
8. Data pembantu hasil tes kesegaran jasmani siswa putri.....	55
9. Daftar luas di bawah lengkungan normal standar dari 0 ke z	56
10. Daftar xix (11) nilai kritis l untuk uji lilliefors	57
11. Program Latihan Kelas IV	58
12. Permainan musang dan anak ayam	59
13. Permainan lomba dengan satu kaki.....	60
14. Permainan pacu goni	61
15. Permainan lempar bola.....	62
16. Permainan bola terbang.....	63
17. Permainan siapa cepat itu yang dapat	64
18. Permainan bola tangkap sepuluh.....	65
19. Permainan kupu–kupu terbang.....	66
20. Permainan suit–sutan	67

21. Program Latihan Kelas V	68
22. Permainan musang dan anak ayam	69
23. Permainan lomba dengan satu kaki	70
24. Permainan pacu goni	71
25. Permainan angka delapan	72
26. Permainan gawang tetap	73
27. Permainan lompat kedalam lingkaran	74
28. Permainan bola terbang	75
29. Permainan bebek berpacu	76
30. Permainan gerobak dorong	77
31. Gambar Latihan Permainan Kecil	78
32. Gambar Tes Sampel Penelitian	84
33. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	88
34. Surat Keterangan dari Kantor Bupati	89
35. Surat Keterangan dari Sekolah	90

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesegaran jasmani adalah suatu kemampuan untuk menitik beratkan pada fungsi–fungsi fisiologi yaitu jantung, pembuluh darah, paru dan otot–otot yang berfungsi pada efisiensi yang optimal. Sukinta (1992: 2) mengatakan bahwa:

“Dalam meningkatkan kesegaran jasmani anak–anak, tentu orang tua harus menseleksi bentuk–bentuk permainan yang dilakukan anak yang dapat merangsang komponen–komponen kesegaran jasmani seperti: ketahanan jantung, paru–paru, kekuatan otot, komposisi tubuh, dan fleksibilitas”.

Dari kutipan di atas kesegaran jasmani sangat dibutuhkan oleh setiap siswa untuk memperoleh ketangkasan, kesanggupan serta kemampuan belajar yang tinggi. Salah satu jalan untuk memelihara atau meningkatkan kesegaran jasmani dengan melakukan olahraga secara teratur atau aktivitas sehari–sehari yang bermanfaat untuk kesehatan. Sehubungan dengan itu, perlu digiatkan lagi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) untuk dilaksanakan di setiap sekolah dalam membina kesegaran jasmani, kesehatan, dan rohani anak didik.

Pembinaan kesegaran jasmani dan kesehatan di sekolah perlu mempertimbang aspek–aspek kondisi sekolah, lingkungan geografis, status ekonomi orang tua siswa dan metode guru dalam mengajar. Kondisi suatu sekolah belum tentu sama dengan sekolah lainnya, ada sekolah yang dapat menyediakan sarana dan prasarana pendukung yang memadai, tetapi ada juga sekolah yang tidak dapat menyediakan sarana pendukung Penjasorkes.

Selain kondisi sekolah metoda guru dalam mengajar juga sangat mempengaruhi kesegaran jasmani anak, jika guru sering memberikan permainan dalam proses pembelajaran Penjasorkes maka tingkat kesegaran jasmani anak juga akan naik. Tingkat kesegaran jasmani adalah kemampuan siswa untuk melakukan berbagai aktivitas tanpa mengalami kelelahan. Tingkat kesegaran jasmani siswa tersebut sangat ditentukan oleh aktivitas fisik dan kegiatan olahraga yang dilakukan siswa. Semakin aktif siswa melakukan kegiatan fisik dalam olahraga seperti diberikan dalam proses pembelajaran Penjasorkes akan menyebabkan tingkat kesegaran jasmaninya semakin baik.

Untuk mencapai tujuan Penjasorkes di sekolah, guru dalam proses belajar mengajar harus mempunyai kemampuan dan keterampilan secara keilmuan yang berkaitan dengan mata pelajaran Penjasorkes. Menurut Surjadi (1996: 3) “guru adalah seseorang yang bertindak sebagai pengelola kegiatan belajar mengajar yang memungkinkan berlangsungnya proses belajar mengajar yang efektif dan efisien”. Jadi, dari kutipan tersebut guru adalah pengajar dan pembimbing dalam proses belajar mengajar, karena setiap guru harus memberikan pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman serta sebagai pengelola kegiatan belajar mengajar untuk menciptakan proses belajar mengajar yang efektif dan efisien.

Menurut Aip (1998: 13) tujuan umum dalam memberikan mata pelajaran Penjasorkes pada anak adalah sebagai berikut:

“1) Guna meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan tubuh anak. 2) sebagai normalisasi, akibat duduk di dalam kelas yang cukup lama. 3) meningkatkan ketangkasan dan keterampilan. 4) meningkatkan pengetahuan dan kecerdasan. 5) menanamkan hidup yang kreatif, rekreatif dan sosial. 6) menanamkan sikap-sikap yang positif”.

Dari kutipan di atas Penjasorkes sangat berguna untuk anak didik karena dapat mengembangkan dan membina nilai serta sikap, pengetahuan, kecerdasan, ketarampilan dan kemampuan untuk berhubungan dengan lingkungannya. Kegiatan Penjasorkes di sekolah diharapkan dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia. Keberhasilan pelajaran Penjasorkes akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan guru dalam mengaplikasikan semua bentuk atau materi pelajaran yang sudah dirancang sebelumnya dengan terprogram dan sistematis, sehingga siswa merasa tertarik dan senang melakukan pelajaran Penjasorkes.

Salah satu strategi untuk mencapai tujuan pembelajaran Penjasorkes dengan adanya permainan kecil dalam Kurikulum di sekolah, dikembangkan materi permainan kecil agar siswa dapat melakukan gerakan sebanyak mungkin. Menurut Syamsir dalam Zulkifli (2005: 15) “permainan kecil adalah permainan yang membantu berkembangnya domain kognitif, afektif, psikomotor serta sosial emosionalnya”. Jadi, permainan kecil adalah suatu permainan yang dapat meningkatkan dan mengembangkan domain kognitif, afektif, psikomotor dan sosial emosional siswa serta juga dapat memacu siswa agar lebih tertarik melakukan permainan.

Salah satu indikator keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran adalah dengan mendapatkan hasil belajar yang baik. Namun, hasil belajar bukanlah semata-mata produk dari perubahan tunggal, melainkan merupakan hasil dari berbagai bahan yang secara strategis saling mendukung dalam proses pembelajaran.

Dari pengamatan penulis tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok cukup rendah hal ini terlihat dari lingkungan geografis, sosial ekonomi siswa dan metoda guru dalam mengajar. Dalam proses pembelajaran Penjasorkes guru kurang memberikan permainan kecil dalam pembelajaran, guru lebih sering memberikan materi dari pada melakukan aktivitas gerak. Ketika melakukan aktivitas gerak guru lebih sering memberikan permainan yang itu-itu saja sehingga mengakibatkan siswa merasa bosan dan malas untuk bergerak. Dari uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini mengenai tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok melalui permainan kecil.

B. Identifikasi Masalah

Bertitik tolak dari hal yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa variabel yang mempengaruhi kebugaran jasmani sebagai berikut :

1. Kondisi sekolah
2. Lingkungan geografis
3. Sosial ekonomi orangtua
4. Metoda guru
5. Permainan kecil
6. Kebugaran jasmani

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, banyak faktor yang berperan penting dalam pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok. Untuk lebih fokusnya masalah penelitian ini dibatasi pada:

1. Permainan Kecil
2. Kesegaran Jasmani

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas maka dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah permainan kecil berpengaruh terhadap kesegaran jasmani siswa putra SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok ?
2. Apakah permainan kecil berpengaruh terhadap kesegaran jasmani siswa putri SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok ?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang:

1. Pengaruh Permainan kecil Terhadap kesegaran jasmani Siswa putra SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.
2. Pengaruh Permainan kecil Terhadap kesegaran jasmani Siswa putri SD Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna dan bermanfaat bagi:

1. Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas Negeri Padang.

2. Untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.
3. Bagi instansi terkait sebagai bahan masukan dalam rangka pembangunan proses belajar mengajar Penjasorkes.
4. Hasil penelitian ini juga bermanfaat dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti lainnya dalam pembahasan terhadap masalah yang sama dimasa depan.