

SARI

Setyo Budi Ardiyanto, 2010, *Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas III SD Negeri Segugus V Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang tahun ajaran 2009/2010.*

Permasalahan dalam penelitian ini berdasarkan uraian di atas maka permasalahannya adalah bagai tingkat kesegaran jasmani siswa putri kelas III SD Negeri segugus V kecamatan Bringin kabupaten Semarang tahun ajaran 2009/2010.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putri kelas III SD Negeri segugus V kecamatan Bringin kabupaten Semarang tahun ajaran 2009/2010 dengan jumlah sampel 71 anak. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling 71 siswa. Variabel penelitiannya adalah Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas III SD Negeri Segugus V Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang tahun ajaran 2009/2010 yang diukur dengan tes kesegaran jasmani Indonesia (TKJI) untuk umur 6 ó 9 tahun. Tes ini terdiri dari 5 butir tes yang harus sesuai dengan urutan dan tidak boleh dibolak balik pelaksanaannya yaitu lari 30 meter , tes gantung angkat tubuh, tes baring duduk 30 detik, tes loncat tegak, dan tes lari 600 meter. Hasil yang didapat berupa hasil kasar yang harus dikonversikan menjadi nilai sesuai dengan table TKJI untuk umur 6 ó 9 tahun. Analisa data, kurang sekali, kurang , sedang , baik, dan baik sekali.

Hasil penelitian ini menunjukkan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas III SD Negeri Segugus V Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang tahun ajaran 2009/2010. adalah sebagai berikut : 1) kategori baik sekali tidak ada (0%), 2) kategori baik 1,41%, 3) kategori sedang 53,52%, 4) kategori kurang 45,07%, 5) kategori kurang sekali 0%.

Kesimpulan tingkat kesegaran jasmani Siswa Putri Kelas III SD Negeri Segugus V Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang tahun ajaran 2009/2010. Menggambarkan kategori sedang (S) disarankan kegiatan fisik bagi siswa Siswa Putri Kelas III SD Negeri Segugus V Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang dioptimalkan melalui pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dan bagi guru dapat membuat program peningkatan tingkat kesegaran jasmani pada siswa.