

SARI

Dyah Sulistyani. 2010. *Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang, Tahun Pelajaran 2009/2010*. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Kata kunci : Survei, tingkat kesegaran jasmani, siswa putra kelas IV dan V

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah "Bagaimanakah Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010?". Sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa putra Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode survei. Metode pengumpulan data menggunakan tes fisik dan studi pustaka, guna memperoleh data dan informasi berkaitan dengan tingkat kesegaran jasmani pada siswa putra kelas IV dan V di Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang. Populasi berjumlah 84 siswa putra kelas IV dan V yang berasal dari 5 Sekolah Dasar Negeri di Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling* atau penelitian populasi karena. Data penelitian ini dianalisis dengan metode analisis deskriptif prosentase.

Hasil penelitian tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010 sebagian besar atau 41 siswa (48,81%) menunjukkan kategori kurang, skor rata-rata 12,73 menurut kriteria termasuk kategori **kurang**.

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010 menunjukkan pada klasifikasi **kurang**. Dari kesimpulan tersebut penulis memberikan saran : (1) Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) Sekolah Dasar Negeri Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang hendaknya membuat program ekstra kurikuler dengan latihan yang berfungsi untuk meningkatkan kegiatan olahraga agar tingkat kesegaran jasmani siswa lebih meningkat menjadi lebih baik, (2) Kepala Sekolah Dasar Gugus Kartini Kecamatan Gunungpati Kota Semarang hendaknya mendorong, memberikan fasilitas dan mengarahkan guru Penjasorkes untuk meningkatkan tingkat kesegaran jasmani siswa melalui pembelajaran yang berkualitas. (3) Pemerintah dalam hal ini dinas yang mengurus olahraga, Pengawas Penjasorkes, pembina olahraga, pelatih olahraga, hendaknya lebih memperhatikan terhadap kesegaran jasmani siswa sekolah dasar dengan memberikan pembinaan melalui guru Penjasorkes.