SARI

Mafazah, 2010, *Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas V SD Negeri Dan Swasta Gugus Gringsing Kecamatan Pekalongan Timur Kota Pekalongan Tahun 2009/2010*, Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing Utama Drs.H.Endro Puji Purwono,M.Kes dan Dosen Pembimbing Pendamping Agus Pujianto, S.Pd.M.Pd.

SD Negeri dan Swasta yang berada di Gugus Gringsing terletak di daerah paling utara Kecamatan Pekalongan Timur. Perkembangan gugus ini setiap tahun mengalami penurunan nilai ulangan umum. Penurunan nilai ini hampir dialami oleh SD Negeri ataupun Swasta di gugus ini. Sebagian besar mata pencaharian orang tua murid adalah buruh, rata-rata mereka berasal dari keluarga yang kurang mampu sehingga gizi yang diberikan pada anakpun kurang bahkan banyak anak yang tidak makan pagi saat akan berangkat sekolah, selain itu kurangnya aktivitas gerak karena terbatasnya sarana bermain untuk anak, di sekolah juga tidak ada kegiatan ekstra kurikuler khususnya olah raga. Bila kondisi ini terus berlangsung, maka lama-kelamaan akan berpengaruh pada kondisi kesegaran jasmani, termasuk siswa kelas V SD Negeri dan Swasta Gugus Gringsing Kecamatan Pekalongan Timur Tahun 2009/2010. Bagaimana tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V SD Negeri dan Swasta Gugus Gringsing Kecamatan Pekalongan Timur Kota Pekalongan Tahun 2009/2010. Adapun tujuan yang ingin dicapai yaitu untuk mengetahui seberapa jauh tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V SD Negeri dan Swasta Gugus Gringsing Kecamatan Pekalongan Timur Tahun 2009/2010.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yaitu melalui survei tes dan pengukuran kesegaran jasmani. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas V SD Negeri dan Swasta gugus gringsing kecamatan Pekalongan timur Kota Pekalongan Tahun 2009/2010. Teknik pengambilan sampel adalah *Total Sampling* yaitu 188 siswa.. Instrumen penelitian ini adalah tes kemampuan dengan menggunakan petunjuk dari penelitian Tes Kesegaran Jasmani Indonesia yang meliputi lari 40 meter, Gantung siku tekuk, Baring duduk 30 detik, Loncat tegak, Lari 600 meter.

Penghitungan *analisis diskriptif presentase* diperoleh klasifikasi atau kategori tingkat kesegaran jasmani pada siswa Kelas V SD Negeri dan Swasta Gugus Gringsing Kecamatan Pekalongan Timur Kota Pekalongan Tahun 2010 adalah untuk siswa putra dengan kategori Baik sekali sebanyak 0 siswa dengan jumlah presentase 0 %, untuk kategori Baik sebanyak 13 siswa dengan jumlah 12 %, untuk kategori Sedang sebanyak 46 siswa dengan jumlah presentase 40 %, untuk kategori Kurang sebanyak 43 siswa dengan jumlah presentase 38 % dan untuk kategori Kurang Sekali sebanyak 11 siswa dengan jumlah presentase 10 %. Sedangkan untuk siswa putri kategori Baik sekali sebanyak 0 siswa dengan jumlah presentase 0 %, untuk kategori Baik sebanyak 4 siswa dengan jumlah presentase 5,3 %, untuk kategori Sedang sebanyak 26 siswa dengan jumlah presentase 34,7 %, untuk kategori Kurang sebanyak 33 siswa dengan jumlah presentase 44 % dan untuk kategori Kurang Sekali sebanyak 12 siswa dengan jumlah presentase 16 %.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V SD Negeri dan Swasta Gugus Gringsing Kecamatan Pekalongan Timur Kota Pekalongan tahun 2009/2010 masuk dalam kategori rata-rata sedang Disarankan kepada siswa kelas V SD Negeri dan Swasta Gugus Gringsing Kecamatan Pekalongan Timur Kota Pekalongan tahun 2009/2010 khususnya dan masyarakat pada umumnya untuk memelihara kesegaran jasmani yang baik, hal ini untuk mendukung aktifitas atau kegiatan sehari-hari yang banyak menggunakan tenaga sehingga aktifitas sehari-hari dapat berjalan sesuai yang diinginkan.