



**TINGKAT KESEGERAN JASMANI
SISWA KELAS IV,V PUTRA SD NEGERI 03 DAN 04
CIBELOK KECAMATAN TAMAN KABUPATEN
PEMALANG TAHUN PELAJARAN 2009 / 2010**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh :

SUTARTI

6101908122

**PERPUSTAKAAN
UNNES**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2009 / 2010

SARI

Sutarti, 2010, Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV,V Putra SD Negeri 03 dan 04 Cibelok Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2009/2010. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang Tahun 2010 Pembimbing I Drs. Zaeni, M.Pd., Pembimbing II Drs. Margono, M.Kes.

Kata kunci : Kesegaran Jasmani

Latar belakang kondisi lingkungan sosial yang cukup agamis sehingga siswa juga dituntut oleh orang tuanya untuk mengikuti sekolah madrasah pada sore hari, untuk memperdalam pengetahuan mereka di bidang agama. Hal ini dikhawatirkan juga para siswa tidak cukup waktu untuk beristirahat. Dan mengingat kondisi ekonomi orang tua siswa yang rata-rata adalah petani, dengan tingkat pendidikan kurang, pengetahuan tentang makanan dan gizi kurang. Hal ini dapat menyebabkan ketahanan tubuh para siswa kurang.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah Bagaimanakah Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV dan V Putra SD Negeri 03 dan 04 Cibelok Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2009/2010. Sedangkan Penelitian ini bertujuan ingin mengetahui Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV dan V Putra SD Negeri 03 dan 04 Cibelok Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2009/2010.

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas IV dan V Putra SD Negeri 03 dan 04 Cibelok Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang sejumlah 40 siswa. Sampel diambil semua dengan menggunakan teknik Total Sampling, Metode dalam penelitian ini menggunakan metode survei dalam menganalisis data menggunakan analisis deskriptif persentase.

Berdasarkan analisis persentase, tingkat kesegaran jasmani pada Siswa Kelas IV,V Putra SD Negeri 03 dan 04 Cibelok Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang adalah sebagai berikut: kategori baik sekali tidak ada atau setara dengan 0%, kategori baik berjumlah 16 siswa atau setara dengan 40%, kategori sedang berjumlah 16 siswa atau setara dengan 40%, kategori kurang berjumlah 8 siswa atau setara dengan 20% dan kategori kurang sekali tidak ada atau setara dengan 0%.

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan gambaran ataupun masukan bagi pemerintah, guru dan semua yang berkecimpung dalam dunia pendidikan agar memperhatikan tingkat kesegaran jasmani anak-anak usia sekolah dasar dan diharapkan dapat menunjang kemampuan belajar sekaligus prestasi belajar siswa.