



**SURVEI TINGKAT KESEGERAN JASMANI SISWA
KELAS IV,V SD NEGERI KARANGMANGU 01
KECAMATAN TARUB KABUPATEN TEGAL
TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

SKRIPSI

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

Oleh

NAISAH

6101908111

**PERPUSTAKAAN
UNNES**

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

2009 / 2010

SARI

Naisah, 2010, Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV,V SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang Tahun 2010 Pembimbing I Drs. Bambang Priyono, M.Pd., Pembimbing II Drs. Joko Hartono, M.Pd.

Kata kunci : Kesegaran Jasmani

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah Bagaimanakah Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV,V SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010. Sedangkan Penelitian ini bertujuan ingin mengetahui Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV,V SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010.

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas IV,V SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal sejumlah 122 siswa dengan rincian sebagai berikut: 53 siswa putra dan 69 siswa putri. 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 SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal adalah sebagai berikut: kategori baik sekali tidak ada atau setara dengan 0%, kategori baik sebanyak 46 siswa atau setara dengan 37,70%, kategori sedang sebanyak 42 siswa atau setara dengan 34,43%, kategori kurang sebanyak 33 siswa atau setara dengan 27,05% dan kategori kurang sekali sebanyak 1 siswa atau setara dengan 0,82%.

Dari hasil penelitian Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV,V SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010 menunjukkan prosentase tertinggi yaitu 37,70%, ini menunjukkan termasuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV,V SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010 termasuk dalam kategori sedang. Dengan demikian peneliti menyarankan hal ini bisa dijadikan gambaran bagi guru olahraga agar peran serta sekolah dalam peningkatan kesegaran jasmani melalui aktifitas fisik dan olahraga sehingga proses belajar mengajar menjadi lebih baik, efektif dan optimal. Bagi para pembaca hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah tentang kesegaran jasmani khususnya bagi siswa di Sekolah Dasar di Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal.