



**SURVEI TINGKAT KESEGERAN JASMANI SISWA
PUTRA PUTRI KELAS IV,V,VI DI SEKOLAH DASAR NEGERI
MARGASARI 02 KECAMATAN MARGASARI
KABUPATEN TEGAL
TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

SKRIPSI

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

Oleh

SLAMET DRAJAT

6101908110

**PERPUSTAKAAN
UNNES**

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

2009 / 2010

SARI

Slamet Drajat, 2010, Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra Putri Kelas IV,V,VI SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari 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 Bagaimana Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra Putri Kelas IV,V,VI SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010. Sedangkan Penelitian ini bertujuan ingin mengetahui Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra Putri Kelas IV,V,VI SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari Kabupaten Tegal.

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Putra Putri Kelas IV,V,VI SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari Kabupaten Tegal sejumlah 125 siswa dengan rincian sebagai berikut: 57 siswa putra dan 68 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 Putra Putri Kelas IV,V,VI SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari Kabupaten Tegal adalah sebagai berikut: kategori baik sekali tidak ada atau setara dengan 0%, kategori baik sebanyak 56 siswa atau setara dengan 44,8%, kategori sedang sebanyak 42 siswa atau setara dengan 33,6%, kategori kurang sebanyak 27 siswa atau setara dengan 21,6% dan kategori kurang sekali tidak ada atau setara dengan 0%.

Dari hasil penelitian tingkat kesegaran jasmani Siswa Putra Putri IV,V,VI SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010 menunjukkan prosentase yang paling tinggi yaitu 44,8% dan termasuk dalam kategori baik. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kesegaran jasmani Siswa Putra Putri IV,V,VI SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010 termasuk dalam kategori baik. Untuk itu peneliti menyarankan dalam penelitian ini agar bisa dijadikan acuan bagi guru penjasorkes di Kecamatan Margasari bisa berperan serta pihak sekolah dapat memperhatikan tentang peningkatan kondisi kesegaran jasmani siswa melalui aktifitas fisik dan olahraga yang diharapkan proses belajar mengajar menjadi lebih baik, efektif dan optimal. Dan bagi para pembaca hasil penelitian ini dapat menambah informasi ilmiah tentang kesegaran jasmani, khususnya pada siswa SD Negeri Margasari 02 Kecamatan Margasari Kabupaten Tegal.