

SARI

Ida Fitriana. 2010. **Survei Tingkat Kecepatan, Kelincahan, Keseimbangan, dan Kelentukan Siswa Laki-laki dan Perempuan Usia 7 sampai 8 Tahun Pada Sekolah Dasar Negeri Manyaran 05 Semarang Barat Tahun Pelajaran 2009 / 2010**. *Skripsi*. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah : Bagaimanakah tingkat kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan kelentukan siswa laki-laki dan perempuan usia 7 sampai 8 tahun siswa Sekolah Dasar Negeri Manyaran 05 Semarang Barat Tahun Pelajaran 2009 / 2010?. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan kelentukan siswa laki-laki dan perempuan usia 7 sampai 8 tahun Sekolah Dasar Negeri Manyaran 05 Semarang Barat Tahun Pelajaran 2009/2010.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa laki-laki dan perempuan di Sekolah Dasar Negeri Manyaran 05 yang berusia 7 sampai 8 tahun sebanyak 160 siswa. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas (siswa laki-laki dan perempuan), sedangkan variabel terikat (hasil tes kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan kelentukan). Instrument penelitian menggunakan tes lari 30 m, tes shuttle run, tes stork stand, dan tes sit and reach. Analisis data menggunakan analisis deskriptif Persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa di Sekolah Dasar Negeri Manyaran 05 yang berusia 7 sampai 8 tahun memiliki tingkat kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan kelentukan untuk laki-laki cukup sebanyak 32 anak (20,00%) dan perempuan kategori kurang sebanyak 31 anak (19,38%).

Simpulan dari penelitian ini yaitu tingkat kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan kelentukan siswa usia 7 sampai 8 tahun di SD N Manyaran 05 Semarang untuk kategori laki-laki cukup dan perempuan kurang, oleh karena itu saran yang penulis ajukan adalah (1) Siswa mau melakukan Aktivitas Jasmani khususnya pada tingkat kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan kelentukan yang teratur agar dapat meningkatkan kualitas keterampilan gerak dasarnya, (2) Guru sebaiknya selalu motivasi kepada siswa akan pentingnya keterampilan gerak dasar bagi pertumbuhan dan perkembangan motorik agar siswa dapat melakukan keterampilan gerak dasar yang baik dan benar, (3) Penulis menyarankan kepada pemerintah agar jam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan agar ditambah karena mengingat pentingnya olahraga bagi anak khususnya usia 7 sampai 8 tahun, (4) mengingat luasnya bidang kajian ini, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut bagi yang tertarik meneliti tentang tingkat kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan kelentukan anak laki-laki dan perempuan sehingga memperlihatkan hasil yang signifikan karena variabel yang mempengaruhi keempat komponen tersebut sangat banyak.

