

Mahbub. 2010. *Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra Kelas II SDN Gugus Sultan Agung UPTD Kecamatan Argomulyo Kota Salatiga Tahun Pelajaran 2009 / 2010*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran tingkat kebugaran jasmani siswa putra kelas II SDN Gugus Sultan Agung UPTD Kecamatan Argomulyo Kota Salatiga Tahun Pelajaran 2009/2010. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat kebugaran jasmani siswa putra kelas II SDN Gugus Sultan Agung UPTD Kecamatan Argomulyo Kota Salatiga Tahun Pelajaran 2009/2010.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa putra kelas II Sekolah Dasar Negeri Gugus Sultan Agung UPTD Kecamatan Argomulyo Kota Salatiga sebanyak 87 siswa. Teknik pengambilan menggunakan total sampling. Variabel penelitian ini adalah tingkat kebugaran jasmani pada siswa putra kelas II Sekolah Dasar Negeri Gugus Sultan Agung UPTD Kecamatan Argomulyo Kota Salatiga Tahun Ajaran 2009 / 2010 yang diukur dengan tes kebugaran jasmani dengan urutan sesuai ketentuan dan tidak bisa dibolak-balik terdiri dari: 1). Lari 30m, 2) Gantung siku tekuk, 3). Bring duduk, 4). Loncat tegak, 5). Lari 600m. Analisis data menggunakan statistik Diskriptif persentase, dengan pengelompokan kategori baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa putra kelas II SDN Gugus Sultan Agung UPTD Kecamatan Argomulyo Kota Salatiga diperoleh hasil bahwa sebanyak 47 siswa (54,00%) termasuk dalam kategori baik dan sebanyak 40 siswa (46,0%) termasuk dalam kategori sedang dan tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori baik sekali, kurang maupun kurang sekali.

Kesimpulan tingkat kebugaran jasmani pada siswa putra kelas II Sekolah Dasar Negeri Gugus Sultan Agung UPTD Kecamatan Argomulyo Kota Salatiga Tahun Ajaran 2009 / 2010 menunjukkan kategori baik. Disarankan bagi guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sebaiknya dapat selalu menjaga tingkat kebugaran jasmanis tersebut yang dapat dilakukan dengan cara selalu memberikan program latihan secara rutin dan terprogram. Siswa yang tingkat kebugaran jasmaninya termasuk dalam kategori kurang, perlu penanganan lebih lanjut untuk meningkatkan tingkat kebugaran jasmani dengan cara latihan terbimbing.