

SARI

Ike Yuni Fitriana. (2010). Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas I – V Sekolah Dasar Negeri Talok 01 Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010. Permasalahan dalam penelitian ini adalah Bagaimana profil tingkat kesegaran jasmani siswa Kelas I - V Sekolah Dasar Negeri Talok 01 Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal tahun 2010 ? Sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui profil tingkat kesegaran jasmani siswa kelas I – V Sekolah Dasar Negeri Talok 01 Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal tahun 2010.

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas I - V Sekolah Dasar Negeri Talok 01 Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal tahun 2009 sejumlah 112 siswa, perincian kelas I sejumlah 27 siswa, kelas II 20 siswa kelas III 15 siswa, kelas IV 27 siswa dan kelas V 23 siswa. Sampel yang diambil 112 siswa dari populasi dengan teknik *total sampling*. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode survei tes dan data menggunakan analisis statistik deskriptif persentase. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas I-V SD Negeri Talok 01 Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) usia 6-9 tahun dan usia 10-12 tahun.

Hasil Penelitian kesegaran jasmani siswa kelas I Sekolah Dasar Negeri Talok 01 Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal, untuk kategori baik sekali 0%, untuk kategori baik 0%, kategori sedang 7, 41%, kategori kurang 62, 96% dan kategori kurang sekali 29, 63%. Kesegaran Jasmani siswa kelas II, untuk kategori baik sekali 0%, kategori baik 5, 00%, kategori sedang 40, 00%, kategori kurang 30, 00%, dan kategori kurang sekali 25, 00%. Kesegaran Jasmani siswa kelas III, kategori baik sekali 0%, kategori baik 6, 67%, kategori sedang 73, 33%, kategori kurang 20, 00% dan kategori kurang sekali 0%. Kesegaran Jasmani siswa kelas IV, kategori baik sekali 0%, kategori baik 0%, kategori sedang 33, 33%, kategori kurang 59, 26% dan kategori kurang sekali 7, 41%. Kesegaran Jasmani siswa kelas V, kategori baik sekali 0%, kategori baik 0%, kategori sedang 34, 78%, kategori kurang 56, 52% dan kategori kurang sekali 8, 70%.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kesegaran jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri Talok 01 Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal katagori kurang. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu 1)Faktor internal yaitu: genetik, usia, jenis kelamin, , 2)Faktor eksternal yaitu: latihan olahraga, gizi, tidur dan istirahat, kebiasaan hidup sehat dan faktor lingkungan.