

## S A R I

Sukriswadi, 2010. Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar Segugus Raflesia Kecamatan Borobudur Kabupaten Magelang Tahun 2009/2010

Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran tingkat kesegaran jasmani siswa kelas 5 Sekolah Dasar segugus raflesia kecamatan Borobudur kabupaten Magelang tahun 2009/2010. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa kelas 5 Sekolah Dasar segugus Raflesia kecamatan Borobudur kabupaten Magelang tahun 2009/2010

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 5 Sekolah Dasar segugus raflesia kecamatan Borobudur kabupaten Magelang tahun 2009/2010 yang berjumlah 207 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, Variabel penelitian ini adalah kesegaran jasmani yang diukur dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia ( TKJI ) untuk anak umur 10 – 12 tahun yang terdiri dari 5 butir tes, yaitu; 1) Lari 40 meter, 2) Gantung siku tekuk, 3) Baring duduk, 4) Loncat tegak, 5) Lari 600 meter. Analisa data menggunakan analisis statistik deskriptif prosentase, dengan pengelompokkan kategori baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesegaran jasmani siswa kelas 5 Sekolah Dasar segugus raflesia kecamatan Borobudur kabupaten Magelang tahun 2009/2010 adalah sebagai berikut; kategori baik sekali 0,48 %, kategori baik 12,56 %, kategori sedang 58,94 %, kategori kurang 27,54 %, dan kategori kurang sekali 0,48 %.

Kesimpulan profil tingkat kesegaran jasmani siswa kelas 5 Sekolah Dasar segugus raflesia kecamatan Borobudur kabupaten Magelang tahun 2009/2010 sebagian besar menunjukkan kategori sedang dengan jumlah 122 siswa atau 58,94 %. Disarankan bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk meningkatkan tingkat kesegaran jasmani siswa-siswinya menjadi baik atau bahkan menjadi baik sekali dengan mengadakan atau meningkatkan kegiatan olahraga ekstrakurikuler. Diharapkan peran aktif guru, pembina, pelatih dan pemerintah serta semua yang berkecimpung didunia pendidikan pada umumnya serta dalam dunia olahraga pada khususnya agar memperhatikan dan berupaya untuk dapat meningkatkan tingkat kesegaran jasmani siswa-siswinya disekolah masing-masing.