

SARI

Nur Safii (2010) Skripsi ini berjudul “Survey Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra Kelas V Sekolah Dasar Negeri se-Gugus Maruto Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010 “.

Permasalahan dalam skripsi ini adalah bagaimanakah tingkat kesegaran jasmani siswa putra Sekolah Dasar Negeri se-Gugus Maruto Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang Tahun pelajaran 2009/2010 Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas V Sekolah Dasar Negeri se-Gugus Maruto Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa putra kelas V Sekolah Dasar Negeri se-Gugus Maruto Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010 dengan jumlah 94 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) dan dokumentasi. TKJI ini sangat cocok digunakan untuk usia anak sekolah dasar. Semua peserta tes dapat melakukan gerakan, pengawasan dan penyelenggaraan relative mudah. Sarana dan prasarana yang ada memungkinkan untuk tes di Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus Maruto dan faktor bahaya sangat sedikit apabila alat tes ini dikerjakan. Analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase dengan menggunakan pengelompokan kurang sekali, kurang, sedang, baik dan baik sekali sesuai dengan panduan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia untuk anak usia 10 – 12 tahun (Depdiknas Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani, Jakarta, 2007).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat Kesegaran Jasmani siswa putra kelas V Sekolah Dasar Negeri se-Gugus Maruto Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010 adalah dalam kategori kurang sekali 6,38%, kurang 46,81%, sedang 42,55%, baik 4,26% dan kategori baik sekali 0%.

Saran yang dapat penulis sampaikan adalah : 1) Bagi guru Pendidikan Jasmani Olah raga dan Kesehatan pada saat kegiatan pembelajaran untuk menciptakan modifikasi pembelajaran, 2) Bagi Kepala Sekolah Dasar di wilayah Gugus Maruto Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang hendaknya mendorong, memberikan fasilitas dan mengarahkan guru Penjasorkes untuk lebih meningkatkan prestasi dalam bidang olah raga, 3) Pemerintah dalam hal ini dinas yang mengurus olah raga, Pengawas Penjasorkes, guru Penjasorkes, Pembina olah raga, pelatih cabang olah raga, ataupun semua pihak yang bertautan dunia pendidikan hendaknya lebih memperhatikan dan berupaya meningkatkan kesegaran jasmani siswa usia sekolah dasar dan dapat memberikan pembinaan bagi anak usia sekolah dasar di masing-masing sekolah.