

**TINGKAT KESEGARAN JASMANI SISWA KELAS ATAS
SEKOLAH DASAR NEGERI LAJER, KECAMATAN
AMBAL, KABUPATEN KEBUMEN
TAHUN PELAJARAN 2012/2013**

Oleh

Tri Budiono
NIM. 10604227420

ABSTRAK

Kesegaran jasmani siswa SD Negeri Lajer, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen belum pernah diketahui. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa kelas atas Sekolah Dasar Negeri Lajer, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen Tahun Pelajaran 2012/2013.

Penelitian ini menggunakan metode survei atau deskriptif. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data dengan teknik tes dan pengukuran yaitu dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) umur 10 – 12 tahun dari Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Tahun 2010. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas Sekolah Dasar Negeri Lajer, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen yang berusia 10 – 12 tahun sebanyak 59 siswa yang terdiri dari 34 siswa putra dan 25 siswa putri. Analisis data menggunakan norma kesegaran jasmani dari TKJI Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesegaran jasmani siswa kelas atas SD Negeri Lajer, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen Tahun Pelajaran 2012/2013 yaitu 0 % (0 siswa) dalam klasifikasi baik sekali (BS), 6,78 % (4 siswa) dalam klasifikasi baik (B), 28,81 % (17 siswa) dalam klasifikasi sedang (S), 40,68 % (24 siswa) dalam klasifikasi kurang (K), dan 23,73 % (14 siswa) dalam klasifikasi kurang sekali (KS). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, Tingkat kesegaran jasmani siswa kelas atas SD Negeri Lajer, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen Tahun Pelajaran 2012/2013 sebagian besar siswa masuk klasifikasi kurang (40,68 %).

Kata kunci : *kesegaran jasmani, siswa kelas atas*