

**PENGARUH PEMBELAJARAN *KIDS ATHLETICS* TERHADAP  
TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA  
SEKOLAH DASAR NEGERI I WONOSARI**

**Oleh:**

Lita Nigita Jaya  
07602241013

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pembelajaran *Kids Athletics* terhadap kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri I Wonosari.

Metode penelitian ini adalah pre-eksperimen dengan teknik pengumpulan data menggunakan *pretest* dan *posttest*. Sampel yang diambil dari hasil *purposive sampling* berjumlah 22 siswa, siswa putra berjumlah 12 dan siswa putri berjumlah 10 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes TKJI tahun 2010 untuk anak usia 10-12 tahun. Analisis data menggunakan uji t.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; (1) ada pengaruh pembelajaran *Kids Athletics* terhadap kebugaran jasmani siswa putra Sekolah Dasar Negeri I Wonosari. Dari hasil analisis diperoleh t hitung  $4.914 > t$  tabel 2.20 dan nilai signifikansi  $0.000 < 0.05$ , dengan kenaikan persentase sebesar 15.95%. (2) ada pengaruh pembelajaran *Kids Athletics* terhadap kebugaran jasmani siswa putri Sekolah Dasar Negeri I Wonosari. Dari hasil analisis diperoleh t hitung  $4.045 > t$  tabel 2.26 dan nilai signifikansi  $0.003 < 0.05$ , dengan kenaikan persentase sebesar 12.5%. Artinya ada peningkatan yang signifikan kebugaran jasmani siswa kelas V SD N I Wonosari setelah diberikan pembelajaran *Kids Athletics*. (3) ada pengaruh pembelajaran *Kids Athletics* terhadap kebugaran jasmani siswa putra dan putri Sekolah Dasar Negeri I Wonosari. Dari hasil analisis diperoleh t hitung  $5.231 > t$  tabel 2.08 dan nilai signifikansi  $0.000 < 0.05$ , dengan kenaikan persentase sebesar 14.24%

*Kata kunci: pembelajaran kids athletics, kebugaran jasmani*