

ABSTRAK

DESKRIPSI KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA KELAS VI SDN 2 WARINGINSARI TIMUR KECAMATAN ADILUWIH KABUPATEN PRINGSEWU TAHUN 2011

Oleh

SUJATMOKO

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VI di SD Negeri 2 Waringinsari Timur Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) dengan subjek penelitian adalah siswa kelas VI SD Negeri 2 Waringinsari Timur Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu yang berjumlah 25 siswa, dengan perincian 10 laki-laki dan 15 perempuan. Sedangkan teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI).

Hasil penelitian : Setiap pelaksanaan menggunakan metode penelitian deskriptif, yang telah dirancang dan dilaksanakan di SD Negeri 2 Waringinsari Timur Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu.

Berdasarkan hasil data tes kebugaran jasmani siswa SDN 2 Waringinsari Timur Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu yaitu dari 25 siswa terdapat 16 atau 64% siswa yang mencapai tingkat kebugaran jasmani dan 9 siswa atau 36% siswa yang tidak mencapai tingkat kebugaran jasmani

Dengan melihat hasil rekapitulasi tes kebugaran jamani pada setiap item tes, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani pada siswa kelas VI SD Negeri 2 Waringinsari Timur masih perlu ditingkatkan lagi agar siswa melakukan gerakan sempurna.