

## **ABSTRAK**

### **TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SE-GUGUS LUBANG GENI KECAMATAN WADASLINTANG, KABUPATEN WONOSOBO TAHUN 2011/2012**

Oleh:

**Choirur Rohman  
10604227013**

Dalam penelitian ini terdapat permasalahan setiap sekolah diadakan pelajaran penjasorkes dengan tujuan agar siswanya bugar tapi belum pernah diadakan penelitian untuk kebugara, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus Lubang Geni Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo tahun 2011/2012.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survey. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus Lubang Geni sebanyak 126 anak. Instrumen yang digunakan berupa Tes Kesegara Jasmani Indonesia (TKJI) dengan nilai validitas untuk putra 0,960 dan untuk putri 0,711, nilai reliabilitas untuk putra 0,720 dan untuk putri 0,673 Untuk menganalisis data digunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus Lubang Geni Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo Tahun 2011/2012 sebagian besar berada pada kategori “baik” sebanyak 78 anak dengan persentase 61,90 %, diikuti kategori kategori “sedang” sebanyak 25 anak dengan persentase 19,84 %, kategori kategori “baik sekali” sebanyak 21 anak dengan persentase 16,7 %, kategori kategori “kurang” sebanyak 2 anak dengan persentase 1,6 % dan tidak ada yang masuk kategori “kurang sekali”. Hasil tersebut dapat disimpulkan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus Lubang Geni Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo Tahun 2011/2012 adalah “baik”..

**Kata Kunci : Tingkat Kebugaran Jasmani,**