

TINGKAT KESEGERAN JASMANI DAN STATUS GIZI SISWA KELAS IV DAN V SD ISLAM TERPADU AL MUHAJIRIN SAWANGAN MAGELANG

Oleh
Lilik Irianto
NIM. 10604227277

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani dan status gizi siswa kelas IV dan V SD Islam Terpadu Al Muhajirin Sawangan Magelang.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV 20 siswa dan V 23 siswa sebanyak 43 siswa. Sampel penelitian ini terdiri dari siswa kelas IV 20 siswa dan kelas V 22 siswa sebanyak 42 siswa. Teknik pengambilan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Tes yang digunakan adalah Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Tahun 2010, tes ini bertujuan untuk mengukur dan menentukan tingkat kesegaran jasmani siswa kelas IV dan V SD Islam Terpadu Al Muhajirin. Pengukuran tinggi dan berat badan dilakukan untuk mengetahui tingkat status gizi siswa kelas IV dan V SD Islam Terpadu Al Muhajirin. Analisis data menggunakan rumus persentase.

Hasil tes kesegaran jasmani menunjukkan persentase tingkat kesegaran jasmani siswa SD Islam Terpadu Al Muhajirin Sawangan rentang usia 10-12 tahun adalah sebanyak 2 siswa (4,67%) dalam kategori baik, 17 siswa (40,48%) dalam kategori sedang, 20 siswa (47,62%) kategori kurang, dan 3 siswa (7,14%) dalam kategori kurang sekali. Jika tabulasi data dibagi berdasarkan jenis kelamin akan diperoleh tingkat kesegaran jasmani siswa putra terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori baik sekali, 1 siswa (4,17%) baik, 9 siswa (37,5%) sedang, 12 siswa (50%) kurang, dan 2 siswa (8,33%) kurang sekali. Tingkat kesegaran jasmani siswa putri terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori baik sekali, 1 siswa (5,56%) baik, 8 siswa (44,44%) sedang, 8 siswa (44,44%) kurang, dan 1 siswa (5,56%) masuk dalam kategori kurang sekali. Persentase status gizi menunjukkan 37 siswa (88,09%) masuk dalam kategori baik dan 5 siswa (11,91%) masuk dalam kategori kurang. Jika tabulasi data dibagi berdasarkan jenis kelamin akan diperoleh terdapat 23 siswa (95,83%) yang memiliki status gizi baik dan 1 siswa (4,17%) yang memiliki status gizi kurang untuk siswa putra. Sedangkan untuk siswa putri terdapat 14 siswa (77,78%) yang memiliki status gizi baik dan 4 siswa (22,22%) yang memiliki status gizi kurang.

Kata kunci: *kesegaran jasmani, status gizi, siswa SD.*