

PENGARUH PERMAINAN HADANG TERHADAP PENINGKATAN TINGKAT KESEGRAN JASMANI SISWA KELAS V SD NEGRI WONOLELO 1

Oleh:
Mugiaman
10604277541

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani siswa SD kelas V yang rata-rata kategori sedang bahkan ada yang kategori kurang. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh permainan hadang terhadap peningkatan kesegaran jasmani siswa kelas V SD Negeri Wonolelo 1 Kecamatan Sawangan Kabupaten Magelang.

Penelitian ini merupakan penelitian experiment desain penelitian yang digunakan pretest-posttest design. Subjek penelitian adalah siswa kelas V yang berjumlah 22 siswa yang terdiri dari 11 siswa putra dan 11 siswi putri. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk anak SD kelas V umur 10-12 tahun. Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dan Teknik analisis data menggunakan analisis diskriptif kuantitatif, berdasarkan norma kesegaran jasmani dari Tingkat Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) Pukesjasrek 2007.

Berdasarkan hasil analisis dan pengujian hipotesis dapat diketahui ada pengaruh yang signifikan, terlihat bahwa *Paired samples t Test* menunjukkan perbedaan rata-rata hasil belajar antara *Pretest* dan *posttest* sebesar 2.273 ini berarti terdapat peningkatan hasil belajar siswa sesudah intervensi dengan rata-rata peningkatan sebesar 2.273, Dengan signifikan 0,000 yaitu jauh dibawah 0,05 sehingga bila dibandingkan secara langsung akan tampak sebagai berikut: $0,000 < 0,05$ dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa permainan hadang terhadap peningkatan tingkat kesegaran jasmani diterima.

Kata kunci: Permainan hadang, pengaruh, tingkat kesegaran jasmani