

Abstrak

Jodi Herlambang Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV Dan V Sekolah Dasar Negeri 4 Begadung Kecamatan Nganjuk Kabupaten Nganjuk Tahun Ajaran 2023/2024

Kata kunci: kebugaran, Jasmani

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta kausalitas hubungan-hubungannya. Tujuan penelitian kuantitatif adalah mengembangkan dan menggunakan model-model matematis, teori-teori dan/atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena alam. Menurut Sugiyono (2017: 8) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pada penelitian ini tanpa menggunakan uji hipotesis. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Menurut Sugiyono (2012:29) metode deskriptif adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV Dan V Sekolah Dasar Negeri 4 Begadung Tahun Ajaran 2023/2024 yang berjumlah 45 peserta didik terdiri dari 28 pa dan 17 pi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Sampling Total. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan rangkaian tes kesegaran jasmani. Dengan urutan rangkaian tes lari 40 meter, baring duduk 30 detik, gantung siku tekuk, loncat tegak, dan lari 600 meter.

Dapat diketahui dari hasil tes tingkat Kebugaran jasmani siswa putra dan putri Siswa Kelas IV Dan V Sekolah Dasar Negeri 4 Begadung Kecamatan Nganjuk Kabupaten Nganjuk Tahun Ajaran 2023/2024 berada pada kategori “baik sekali” sebesar 0% (0 siswa), “baik” sebesar 0% (0 siswa), “sedang” sebesar 4% (2 siswa), ”kurang” 36% (16 siswa), ”kurang sekali” sebesar 60% (27 siswa). Berdasarkan data diatas tingkat Kebugaran jasmani siswa putra dan putri Kelas IV Dan V Sekolah Dasar Negeri 4 Begadung Tahun Ajaran 2023/2024 dalam kategori “Kurang Sekali”.