

ABSTRAK

**KHAIRAN MAHRUZAR NIM. 071266110048. Survey Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas V SD Negeri Se Kecamatan Babalan Kabupaten Langkat Tahun Ajaran 2013/2014.
(Pembimbing : IBRAHIM SEMBIRING)
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED. 2014.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa SD Se Kecamatan Babalan Kabupaten Langkat Tahun Ajaran 2013/2014.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan melakukan Tes dan Pengukuran. Tes yg digunakan adalah Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) Tahun 1999 untuk anak umur 10-12 tahun. Jumlah populasi sebanyak 5 sekolah kelas V SD dan sampel sebanyak 50 orang yang penetapannya berdasarkan *Total Sampling*.

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini maka dilakukan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia yg meliputi Tes Lari 40 m memiliki skor rata-rata 2.86, Tes Gantung Siku Tekuk memiliki skor rata-rata 3.18, Tes Baring Duduk memiliki skor rata-rata 3.56, Tes Loncat Tegak memiliki skor rata-rata 1.88, Tes Lari 600 m memiliki skor rata-rata 2.06.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan tidak ditemukan tingkat kesegaran Baik Sekali atau 0%. Kategori Baik terdapat 1 orang atau 2%. Kategori Sedang terdapat 26 orang atau 52%. Kategori Kurang terdapat 22 orang atau 44%. Kategori Kurang Sekali 1 orang atau 2%. Secara keseluruhan tingkat kesegaran jasmani siswa SD kelas V Se Kecamatan Babalan adalah, 13,54 berada pada kategori Sedang.