

LAPORAN PENELITIAN

PENGUKURAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN BANYUMAS JAWA TENGAH SEBAGAI DASAR EVALUASI PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH



Oleh:

Suharjana

Penelitian ini Dibiayai dari Dana DIPA Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2010
Berdasarkan Surat Perjanjian Pembantu Dekan II FIK-UNY
Nomor: 555.e/H34.16/PL/2010

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2010**

LAPORAN PENELITIAN

Judul :

PENGUKURAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR
DI KABUPATEN BANYUMAS JAWA TENGAH SEBAGAI DASAR EVALUASI
PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH

Identitas Peneliti :

Nama : Prof.Dr. Suharjana,M.Kes.
NIP : 19610816 198803 1 003
Pangkat/Golongan : Pembina Utama Madya /IVd
Jabatan : Guru Besar
Bidang Keahlian : Kesehatan Olahraga
Jurusan : PKR FIK UNY

Jenis Penelitian : Mandiri
Sumber Biaya : DIPA FIK-UNY
Tempat Penelitian : Kabupaten Banyumas
Jumlah Peneliti : 1 orang

Yogyakarta, 4 September 2010

Mengetahui/Menyetujui
Ketua Jurusan PKR FIK UNY



Sumarjo, M.Kes
NIP 19621217 199001 1 002

Ketua Peneliti



Prof. Dr. Suharjana
NIP. 19610816 198803 1 003

Menyetujui
Dekan FIK UNY



Sumaryanto, M.Kes
NIP 19650301 19901 1 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur disampaikan kehadirat Allah SWT, atas karunianya penelitian yang berjudul: Pengukuran Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Di Kabupaten Banyumas Jawa Tengah Sebagai Dasar Evaluasi Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sekolah telah dapat diselesaikan. Penelitian ini Dibiayai dari Dana DIPA Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2010 Berdasarkan Surat Perjanjian Pembantu Dekan II FIK-UNY, Nomor: 555.e/H34.16/PL/2010

Penelitian mandiri ini dilaksanakan oleh Prof. Dr. Suharjana. Penelitian ini dapat terlaksana berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu tim peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Dekan FIK UNY yang telah memberi kesempatan untuk melakukan penelitian
2. Kepala dan para Guru Penjasorkes Sekolah Dasar Wilayah Kabupaten Banyumas atas ijin dan bantuan dalam pengambilan data penelitian
3. Para siswa SD yang digunakan sampel yang telah bersedia melungkan waktu untuk diambil data penelitian

Saran dan kritik membangun sangat diharapkan oleh peneliti. Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, September 2010

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
ABSTRAK	iv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Batasan Istilah	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Kajian Teoritik.....	5
B. Penelitian Relevan.....	9
C. Kerangka Berfikir.....	10
BAB III. METODE PENELITIAN.	11
A. Desain Penelitian.....	11
B. Subjek Penelitian.....	11
C. Instrumen Penelitian.....	12
D. Teknik Analisa Data	12
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.	13
A. Hasil Penelitian.....	13
D. Pembahasan.....	16
BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN DAN KETERBTSAN.....	19
A. Kesimpulan	19
B. Saran-Saran	19
DAFTAR PUSTAKA	20
LAMPIRAN	21

PENGUKURAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR
DI KABUPATEN BANYUMAS JAWA TENGAH SEBAGAI DASAR EVALUASI
PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH

Abstrak

Oleh:

Suharjana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis keadaan kebugaran jasmani siswa SD di Banyumas, Jawa Tengah. Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Sebagai bahan evaluasi proses penyelenggaraan penjasor di sekolah di wilayah Kabupaten Banyumas, 2) Sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun kebijakan bagi lembaga terkait, terutama Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga, 3) Sebagai informasi teoretis bagi pengembangan teori pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survey, dengan teknik tes menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah. Sampel yang digunakan adalah sebanyak 353 siswa. Teknik yang digunakan untuk mengambil sampel adalah dengan teknik multistage random sampling. Untuk mengetahui kebugaran jasmani, digunakan instrument tes baku, yaitu Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI), yang terdiri dari: 1) Tes lari 40 m, 2) Gantung Siku Tekuk, 3) Baring Duduk 30 detik, 4) Loncat Tegak, 5) Lari 600m. Data penelitian dianalisis dengan analisis diskriptif persentase.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat Kebugaran Jasmani siswa SD di Kabupaten Banyumas menunjukkan, bahwa dari 353 siswa laki-laki dan perempuan yang termasuk dalam katagori Segar Sekali 16 (4.53%) siswa, Katagori Segar ada 256 (72.52%) siswa dan Katagori Kurang Segar 81 (22.95%) siswa

Kata Kunci: Kesegaran jasmani anak, Siswa SD Banyumas