

ABSTRAK

BELINDA AULIA AZHAR. 2023. **Profil Kebugaran Jasmani Tingkat SD di Kecamatan Gunungtanjung**. Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi. Kota Tasikmalaya.

Kebugaran Jasmani merupakan faktor penting untuk menunjang kesehatan dan prestasi terutama dalam bidang Olahraga. Kebugaran jasmani seseorang sangat menentukan kemampuan fisiknya dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Semakin tinggi derajat kebugaran jasmani seseorang, maka semakin tinggi pula kemampuan kinerja fisiknya. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui profil kebugaran jasmani tingkah SD di Kecamatan Gunungtanjung khususnya kelas V.

Penelitian ini menggunakan Penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dan sampel penelitian ini adalah Siswa-Siswi kelas V tingkat SD di Kecamatan Gunungtanjung, dengan jumlah populasi sebanyak 109 dan sampel sebanyak 52 siswa. Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan instrument tes kebugaran Jasmani yang terdiri dari item tes yaitu :tes kecepatan lari sprint 40 meter, tes *pull up*, tes *sit up*, tes *vertical jump*,tes lari 600 meter untuk laki-laki dan perempuan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif dengan penyajian berupa *presentase*. Hasil penelitian tes kebugaran jasmani yaitu sebanyak, 4% (2 siswa) pada klasifikasi baik sekali (BS), 19% (10 siswa) pada klasifikasi baik, 50% (26 siswa) pada klasifikasi sedang, 27% (14 siswa) pada klasifikasi kurang, dan 0% (0 siswa) pada klasifikasi kurang sekali. Sehingga dapat ditarik kesimpulan untuk rata-rata kebugaran jasmani peserta didik SD di Kecamatan Gunungtanjung berada pada klasifikasi Sedang.

Kata Kunci: Profil Kebugaran Jasmani, Pendidikan Jasmani

ABSTRACT

*BELINDA AULIA AZHAR. 2023. **Profile of Elementary Level Physical Fitness in Gunungtanjung District**. Department of Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University. Tasikmalaya City. Physical fitness is an important factor to support health and achievement, especially in sports. A person's physical fitness greatly determines his physical ability to carry out daily tasks. The higher the degree of a person's physical fitness, the higher the ability of his physical performance. The purpose of this study was to determine the physical fitness profile of elementary school behavior in Gunungtanjung District, especially class V.*

This research uses quantitative descriptive research. The population and sample of this study were fifth grade elementary school students in Gunungtanjung District, with a total population of 109 and a sample of 52 students. The data collection technique in this study used a physical fitness test instrument which consisted of test items, namely: 40-meter sprint speed test, pull-up test, sit-up test, vertical test, 600-meter run test for men and women. Data analysis techniques used in this study is descriptive statistical analysis with presentation in the form of percentages. The results of the physical fitness test were as much as, 4% (2 students) in very good classification (BS), 19% (10 students) in good classification, 50% (26 students) in the moderate classification, 27% (14 students) in the less classification, and 0% (0 students) in the very less classification. So that it can be concluded that the average physical fitness of elementary school students in the Gunungtanjung District is in the Moderate classification.

Keywords: Physical Fitness Profile, Physical Education