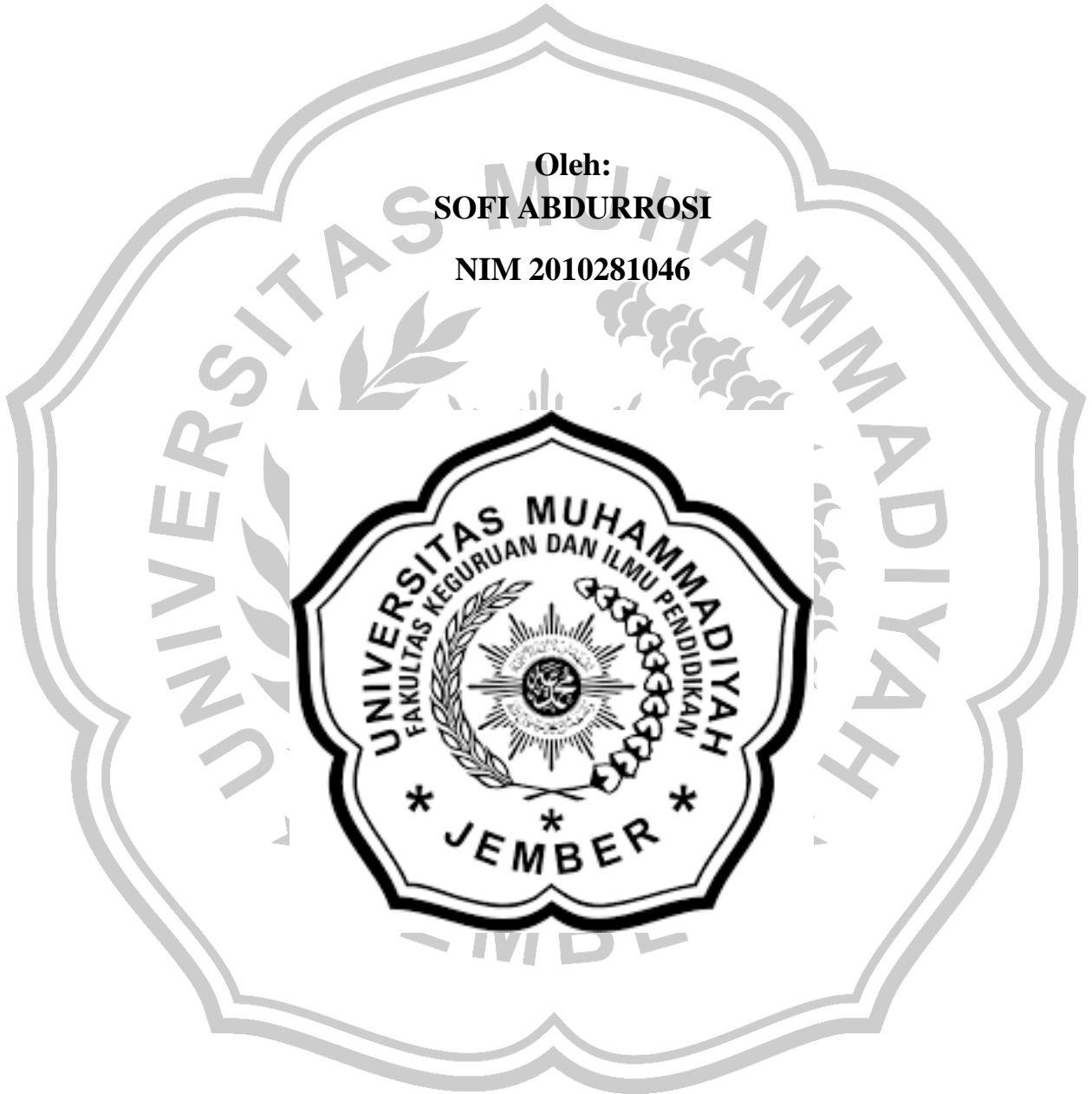


**PERBANDINGAN KEBUGARAN KELAS V SISWA MI
RAUDLATUSSYABAB DAN SDN SUMBERWRINGIN 1**

SKRIPSI

**Oleh:
SOFI ABDURROSI
NIM 2010281046**



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA 2024**



MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. (Al

Baqarah : 286)

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا

Siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia menjadikan kemudahan baginya dalam urusannya.

(At-Thalaq : 4)



HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal skripsi oleh Sofi Abdurrosi dengan NIM 2010281046 telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh Tim Penguji

Pembimbing I



AhmAd Sulaiman, M.Pd
NPK. 1990011111510698

Jember, 2024

Pembimbing II



Topo Yono, M.Pd
NPK. 1982030211509700

HALAMAN PENGESAHAN


Skripsi oleh Sofi Abdurrosi ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 11 Juli 2024

Dewan Penguji,


Dr. Rizki Apriliyanto, M.Pd


Ketua

NPK. 1986040811509694


Topo Yono, M.Pd

Anggota

NPK. 1982030211509700


Ahmad Sulaiman, M.Pd

Anggota

NPK.1990011111510698

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan



Fitri Amalia, M.Pd
NIP. 1985062510709477

PRAKATA

Alhamdulillahirobbil alamin tiada kata yang pantas melainkan kata bersyukur kepada Allah swt yang telah melimpahkan rahmat, taufiq hidayah, nikmat dan kekuatan kepada saya dalam menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi, Segala hal yang diusahakan dan diupayakan oleh saya semoga dapat bermanfaat bagi pembaca dan khususnya bagi penulis.

Skripsi yang telah saya tulis berjudul “Perbandingan Kebugaran Kelas V Siswa Mi Raudlatussyabab Dan SDN Sumberwringin 1” yang memuat mulai dari bab I sampai bab VI, Bab I berisi Pendahuluan, bab II berisi Kajian Pustaka, bab III berisi metode penelitian, bab IV berisi hasil penelitian dan Pembahasan, bab V berisi Pembahasan, dan yang terakhir bab VI berisi Kesimpulan dan Saran.

Dengan penuh kesadaran, penulis menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya atas kekurangan pada penulisan skripsi saya, semoga bisa menjadikan saling membenarkan bersama untuk perbaikan selanjutnya.

Jember, Juli 2024

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, maka menjadi bukti bahwa telah terselesaikannya semua materi mata kuliah peneliti pada jenjang S1 Pendidikan Olahraga (POR) di Universitas Muhammadiyah Jember. Atas segala bantuan peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Hanafi, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
2. Bapak Dr. Fitri Amalia, M.Pd selaku Dekan FKIP
3. Bapak Ahmad Sulaiman, M.Pd selaku Kepala Program Studi Pendidikan Olahraga dan selaku Dosen Pembimbing I yang memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Topo Yono, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak H. Bambang Sutrisno, S.S selaku Kepala MI Raudlatus Syabab yang telah memberikan izin tempat penelitian
6. Ibu Sintiani, S.Ag selaku Kepala Sekolah SDN Sumberwringin 1 yang telah memberikan izin tempat penelitian
7. Semua dosen Program Studi Pendidikan Olahraga (POR) dan semua Staf Pengajaran Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember, serta kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Diucapkan terima kasih sebesar-besarnya atas bantuan dan arahnya.

Jember, Juli 2024

PERSEMBAHAN

Atas segala proses selama perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini, maka suatu kewajiban untuk memanjatkan rasa bersyukur kepada Allah swt, dan skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta ayahanda (Abdurrohman) dan ibunda (Nur Hasanah) yang senantiasa selalu mendoakan dan memberikan dukungan kepada saya dalam berbagai aspek, rasanya semua yang telah beliau lakukan dan berikan tidak akan pernah sebanding dengan balasan apapun oleh saya didunia ini.
2. Para Guru/Kiyai/Ustadz mulai TK sampai bangku kuliah
3. Kepada semua teman kelas POR angkatan 2020 Universitas Muhammadiyah Jember
4. Kepada Agama, Bangsa, Negara dan Almamater tercinta

Jember, Juli 2024

DAFTAR ISI

MOTTO	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
DAFTAR ISI	v
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Kebugaran Jasmani.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.12 Manfaat Kebugaran Jasmani	Error! Bookmark not defined.
2.1.15 Sejarah Kebugaran Jasmani	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Rancangan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3 Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3 Lokasi dan waktu penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4 Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.4.1 Cara Mendapatkan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.4.2 Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.3 Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4.4 Tenaga Pembantu Saat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.5.1 Instrumen	Error! Bookmark not defined.
3.6 Teknik Penganalisisan Data	Error! Bookmark not defined.
3.8.2 Faktor Kegiatan Anak Di Luar Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.8.3 Faktor Alat.....	Error! Bookmark not defined.
3.8.4 Faktor Kemampuan Anak	Error! Bookmark not defined.
3.8.5 Faktor Petugas Pengambil Data	Error! Bookmark not defined.

BAB IV	Error! Bookmark not defined.
4.1 Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Deskripsi Data Hasil Tes Perbandingan Kebugaran Siswa MI Raudlatus Syabab	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Deskripsi Hasil Tiap Item Tes Kebugaran Siswa MI fase C Kecamatan Sukowono Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2023/2024	Error! Bookmark not defined.
4.1.3 Deskripsi Hasil Tes Kebugaran Siswa SDN Sumber Wringin 1 Kecamatan Sukowono Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2023/2024	Error! Bookmark not defined.
4.1.4 Deskripsi Hasil Tiap Item Tes Kebugaran Siswa SDN Sumber Wringin 1 Kecamatan Sukowono Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2023/2024	Error! Bookmark not defined.
BAB V PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
BAB VI PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
SIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
6.1 Simpulan	Error! Bookmark not defined.
6.2 Saran-Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

