

Hubungan Antara Antropometri Dengan Kebugaran Jasmani Siswa Usia 10-12 Tahun Di SD Muhammadiyah 5 Samarinda

Ricky Sopyan Syafutra

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.
rickysopyansyafutra@gmail.com

Januar Abdillah Santoso

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

Nanda Alfian Mahardhika

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara antropometri dengan kebugaran jasmani pada siswa usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah 5 Samarinda. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Besarnya sampel dalam penelitian ini berjumlah 90 siswa yang terdiri dari 47 siswa putra dan 43 siswa putri. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif untuk mengukur hubungan antara antropometri dengan kebugaran jasmani pada siswa usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah 5 Samarinda. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskripsi data antropometri, deskripsi data TKJI dan hasil korelasi produk momen antara antropometri dengan TKJI. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antropometri dengan kebugaran jasmani yang kuat pada siswa usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah 5 Samarinda hal ini di tunjukan dengan perhitungan hasil SPSS yang bernilai $-0,451$. Jadi dapat disimpulkan bahwa derajat hubungan antropometri dengan kebugaran jasmani berada pada kategori hubungan cukup kuat dan hubungan bersifat positif.

Kata kunci: Antropometri, Kebugaran Jasmani

PENDAHULUAN

Antropometri mengacu terhadap studi tentang dimensi manusia, khususnya tubuh. Ada dua komponen utama antropometri yaitu antropometri statis bergantung pada pengukuran permukaan yang dibuat dalam garis lurus untuk menentukan dimensi seseorang. Sedangkan antropometri dinamis melakukan pengukuran pada beberapa titik pada tubuh saat subjek sedang bergerak dan meningkatkan kompleksitas dan kesulitan dalam mengukur ukuran tubuh (Utama, dkk, 2018:1)

Latihan jasmani memiliki peran dalam meningkatkan kebugaran jasmani. Jenis kelamin yang mempengaruhi kesehatan fisik. Ada perbedaan yang mempengaruhi laki-laki

dan perempuan dalam meningkatkan anak-anak di sekolah dasar sehat secara fisik (Hartati et al, 2012:159). Hubungan antropometri dengan kebugaran jasmani merupakan bentuk pemahaman kondisi fisik seseorang dengan indicator yang baik. Antropometri ini juga mempelajari ukuran tubuh manusia, yang pada kebutuhan, motivasi, kecerdasan, imajinasi, usia, pendidikan, jenis kelamin, atribut fisik dan sebagainya semua berbeda-beda (Briawan & Yunieswati, 2014:181).

Pada umumnya anak sekolah dasar usia 10-12 tahun ini merupakan usia yang sedang pesat dalam masa pertumbuhan dan aktivitas gerakanya baik dalam pertumbuhan fisik jasmani serta rohaninya. Untuk lebih meningkatkan lagi pada masa pertumbuhan tersebut pada anak sekolah

dasar 10-12 tahun dengan selalu mengawasi setiap aktivitas gerak jasmani yang telah dilakukan pada anak tersebut dan guru harus memiliki pemahaman menyeluruh tentang sifat anak tersebut baik pertumbuhan, perkembangan fisik, dan tingkat keterampilan adalah tiga aspek penting perkembangan anak yang semuanya harus di perhitungkan saat merancang intervensi untuk meningkatkan kebugaran fisik (Rezaharoon, 2013) memperhitungkan banyak karakteristik fisik manusia. (Briawan & Yunieswati, 2014: 181).

METODOLOGI

Dalam penelitian tidak sekedar mendiskripsikan objek penelitian, tetapi mencakup keseluruhan hubungan antara antropometri dengan kebugaran jasmani pada siswa usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah 5 Samarinda. Penelitian ini di lakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2015) penelitian kuantitatif adalah suatu proses yang menggunakan seperangkat teknik dan sumber daya telah di tentukan untuk menghasilkan hasil yang sejalan dengan tujuan penelitian yang di tetapkan.

Pada penelitian ini memakai teknik analisis deskriptif dan uji korelasi yakni penulis menganalisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan stastistik deskriptif kuantitatif. Untuk menelaah data, statistik deskriptif selalu menjelaskan dan menggambarkan data penelitan yang telah dikumpulkan peneliti tanpa bermaksud untuk menarik kesimpulan yang di langsung di terima secara umum, sebagaimana di kemukakan oleh Yani (2014). Sedangkan menurut Notoarmodjo (2014), dalam penelitian ini menggunakan model tabulasi silang antara variabel bebas dengan variabel terikat yang di asumsikan berhubungan atau berkorelasi.

Dalam penyusunan instrumen atau pengumpulan data mengacu pada tes antropometri dan TKJI.

Lokasi penelitian berada di SD Muhammadiyah 5 Samarinda yang beralamat di

Jl. Jakarta blok FB (Jl. KH. A. Madjid), Loa bakung, Kec. Sungai kunjang, Kota Samarinda, Kalimantan timur. SD Muhammadiyah 5 Samarinda tersebut di pilih dalam pengambilan sampel antropometri dan kebugaran jasmani. Jenis penelitian yang dilaksanakan ini adalah jenis penelitian korelasional dengan menggunakan instrumen penelitian berupa tes antropometri dan TKJI yang di ikuti oleh 90 siswa diantara nya 47 siswa putra dan 43 siswa putri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian kuantitatif untuk mengetahui hubungan antara antropometri dengan kebugaran jasmani pada siswa usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah 5 Samarinda, menunjukkan bahwa hal ini di tunjukkan dengan hasil sebesar 90 siswa diantara nya 47 siswa putra dan 43 siswa putri.

DISTRIBUSI FREKUENSI TINGGI BADAN

Interval	Frekuensi	Persentase
156-165	11	12.22%
146-155	37	41.11%
136-145	37	41.11%
126-135	5	5.56%
Jumlah	90	100%

No	Jumlah Nilai Interval	Klasifikasi	Frekuensi	(%)
1	22-25	Baik sekali	0	0%
2	18-21	Baik	0	0%
3	14-17	Sedang	2	2.22%
4	10-13	Kurang	28	31.11%
5	5-9	Kurang Sekali	60	66.67%

DISTRIBUSI FREKUENSI TKJI

Hasil pengujian dapat digabungkan bersama untuk memberikan skor keseluruhan. Peringkat akhir kemudian dikategorikan

menurut standar yang ditetapkan oleh tes kebugaran jasmani Indonesia. Untuk menyebarkan hasil tes kebugaran jasmani yang sesuai dengan persyaratan, terlebih dahulu harus dikategorisasikan. Distribusi tingkat kebugaran jasmani siswa usia

		Tinggi Badan	TKJI
Tinggi Badan	Pearson Correlation	1	-,214*
	Sig. (2-tailed)		,043
	N	90	90
TKJI	Pearson Correlation	-,214*	1
	Sig. (2-tailed)	,043	
	N	90	90

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

UJI KORELASI TINGGI BADAN DAN TKJI

Hasil tersebut sebesar 0,214 untuk koefisien korelasi pada tabel 10 memiliki tingkat signifikansi sebesar 0,043. Jika nilai p untuk korelasi kurang dari 0,05. Korelasi tidak signifikan jika p-value lebih besar dari 0,05. Perhitungan SPSS menunjukkan tingkat signifikansi 0,043 – 0,05 untuk kedua variabel, menunjukkan adanya hubungan di antara keduanya. Nilai Korelasi Pearson sebesar -0,214 yang menempatkan hubungan antara tinggi badan dan TKJI pada kelompok yang terhubung lemah, memberikan gambaran yang lebih dalam mengenai kekuatan keterkaitan tersebut. Nilai korelasi Pearson negatif, menunjukkan tren negatif dalam koneksi.

		Berat Badan	TKJI
Berat Badan	Pearson Correlation	1	-,451**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	90	90
TKJI	Pearson Correlation	-,451**	1

Sig. (2-tailed)	,000	
N	90	90

UJI KORELASI BERAT BADAN DAN TKJI

Tabel sebelumnya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara variabel, dan koefisien korelasi Pearson adalah -0,451. Jika nilai p untuk korelasi kurang dari 0,05. Korelasi tidak signifikan jika p-value lebih besar dari 0,05. Perhitungan SPSS menunjukkan tingkat signifikansi 0,000 0,05 antara kedua variabel, menunjukkan korelasi positif. Nilai korelasi Pearson sebesar -0,451 antara indeks massa tubuh dan ketidakstabilan sendi thoracolumbar menempatkan nilai ini pada kelompok yang berhubungan kuat. Nilai korelasi Pearson negatif, menunjukkan tren negatif dalam koneksi.

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Change Statistics	Sig. F Change
				R Square Change	
1	,456	,208	,190	,208	,000

UJI KORELASI ANTROPOMETRI DAN TKJI SECARA SIMULTAN

Total nilai koefisien korelasi yang ada pada tabel di atas adalah 0,456, dan tingkat signifikansi korelasinya juga 0,000. Jika nilai p untuk korelasi kurang dari 0,05. Korelasi tidak signifikan jika p-value lebih besar dari 0,05. Perhitungan SPSS menunjukkan tingkat signifikansi 0,000 0,05 antara kedua variabel, menunjukkan korelasi positif. Kemudian derajat hubungan antara Antropometri dengan TKJI secara simultan dapat dilihat dari nilai pearson korelasi sebesar 0,456 dimana nilai tersebut berada pada kategori interval berkorelasi cukup kuat. Karena nilai korelasi pearson bernilai positif maka arah hubungan bersifat positif.

PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini yaitu ingin mengetahui seberapa besar hubungan antara antropometri dan tingkat kebugaran. Korelasi Pearson digunakan untuk analisis dalam penelitian ini. Menurut angka, korelasi yang dihitung adalah 0,000, yang lebih tinggi dari -0,451 pada tabel r. Menurut hasil perhitungan, adanya hubungan yang positif dan substansial antara pengambilan data tinggi dan berat badan dengan derajat kebugaran jasmani. Temuan studi ini menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara pengukuran antropometri siswa remaja dan ukuran kinerja akademik kebugaran fisik mereka. Mengingat hal di atas, masuk akal bahwa mahasiswa yang ramping dan berotot juga akan menjadi yang paling berdedikasi untuk perkembangan akademik dan fisik mereka. Saat mendesain hal-hal seperti meja, bilik, dan bahkan seluruh bangunan, data antropometri sering diperhitungkan sehingga semuanya pas dengan tubuh pengguna (Vita Seprianty, RM Suryadi Tjekyan, M Athuf, & Thaha, 2015).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa antropometri dan tingkat kebugaran jasmani siswa di SD Muhammadiyah 5 Samarinda dengan derajat hubungan antara antropometri dengan kebugaran jasmani berada pada kategori hubungan cukup kuat dan arah hubungan yang bersifat positif. Dapat diketahui status antropometri akan berpengaruh terhadap kebugaran jasmani siswa. Dengan badan ideal siswa dapat melakukan aktivitas fisik dengan baik tanpa hambatan. Dan sebaliknya apabila status antropometri dengan kebugaran jasmani siswa buruk maka adanya factor berat badan yang kurang ideal. Sehingga gerak pada

kebugaran jasmani seorang anak dikatakan buruk.

SARAN

Agar pendidik mendapatkan pengetahuan tentang tingkat gizi dan kebugaran jasmani siswa untuk lebih memfasilitasi pencapaian prestasi akademik siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, 2014, *Hubungan pola konsumsi makanan jajanan dengan status gizi dan kadar kolesterol pada anak*.
- Anggraeni, A, C. 2012, *Asuhan gizi nutritional care process*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Arisyandi, Edo And Hartati, Hartati, 2021, *Profil Antropometri Dan Kebugaran Jasmani Siswa Putra Umur 10-12 Tahun Sd Negeri 11 Tanjung Batu*. Undergraduate Thesis, Sriwijaya University.
- Aritonang, 2013, *Memantau Dan Menilai Status Gizi Anak*. Yogyakarta: Leutika Books.
- Bangun, S, Y, 2016, *Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan Di Indonesia*. Publikasi Pendidikan, Vi, 156-167.
- Briawan, D., Yunieswati, W. 2014, *Status Antropometri Dengan Beberapa Indikator Pada Mahasiswa Tpb-Ipb*. Jurnal Gizi Pangan, 9(3):181-186.
- Chikhungu, L, C, Madise, N, J, & Padmadas, S. S. 2014, *How Important Are Community Characteristics In Influencing Children's Nutritional Status? Evidence From Malawi Population-Based Household And Community Surveys*. Health And Place, 30, 187–195.
- Depdiknas, 2010, *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

- Gibney Mj, Margetts Bm, Kearney Jm, Arab L, 2015, *Gizi Kesehatan Masyarakat: Penerbit Buku Kedokteran Egc.*
- Hamzah, 2021, *Tinjauan Status Gizi Di Masa Pandemi Covid 19 Siswa Sma Tengku Sulung Kecamatan Sungai Batang Kabupaten Indragiri Hilir* : Vol. 8 No. 2 2021: Jurnal Olahraga Indragiri.
- Hartati, Rahayu, T, Fauziah, Kurdi, Soegiyanto, 2012, *Pengaruh asupan mikro nutrient aktifitas fisik dan jenis kelamin terhadap kebugaran jasmani siswa sekolah dasar penderita anemia.* Jurnal Unnes. 2 (1):156-160.
- Herianto Ismianto & Ardiyanto, 2019, *Studi Antropometri Mahasiswa Indonesia Bersuku Batak Dan Jawa* Vol 5 No 2 (2019): Volume 5 No 2 Desember 2019.
- Ilmirh, A, P, 2015, *Faktor Resiko Terhadap Status Gizi Dengan Kebiasaan Makan, Bandung,* Jurnal Gizi.
- Irfan, 2012, *Efek Status Sosial Ekonomi Siswa Dan Desa-Kota Terhadap Efisiensi Sekolah Menengah Pertama Negeri (Smpn) Di Kota Padang* M Irfan - Ecosains: Jurnal Ilmiah Ekonomi Dan Pembangunan.
- Istiany, A, Dan Rusilanti, 2013, *Gizi Terapan. Bandung:* Pt Remaja Rosdakarya.
- Istiqomah, Isnanda Putri Nur, Agus Kristiyanto, And Tonang Dwi Ardyanto, 2021, *"Hubungan Status Gizi Dengan Kebugaran Jasmani Atlet Taekwondo Remaja."* Fisio Mu: Physiotherapy Evidences 3.1 (2021): 1-7.
- Kemendiknas. 2010, *Tese Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak Usia 16-19 Tahun.* Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Notoatmodjo, S, 2014, *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurriszy, A, & Nurhayati, F, 2018, *Perbandingan Antropometri Gizi Berdasarkan Bb/U, Tb/U, Dan Imt/U Siswa Sd Kelas Bawah Antara Dataran Tinggi Dan Dataran Rendah Di Kabupaten Probolinggo.* Universitas Negeri Surabaya, 06(01), 175–181.
- Pratama, R, R, Sukirno, 2018, *Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Berbasis Permainan Di Sekolah Dasar.* Jurnal Altius:Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan, 7(2):1-12.
- Pratiwi, N,M,I & Muliarta, I,M, 2017, *Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Dan Indeks Massa Tubuh Pada Siswa Usia 9-12 Tahun Di Sd Negeri 4 Sumerta.*
- Purbasari, A, Wijaya, M, A, Siboro, B, A, H, 2016, *Analisa Perbandingan Antropometri Bentuk Tubuh Mahasiswa Pekerja Galangan Kapal Dan Mahasiswa Pekerja Elektronika.* Jurnal Teknik Industri, 4(2):108-117.
- Rahmayanti, P, S, 2018, *Gambaran Status Gizi Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Prestasi Belajar Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar* (Doctoral Dissertation, Jurusan Gizi).
- Rismayanthi, C, 2012, *'Hubungan Status Gizi Dan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Hasil Belajar Mahasiswa', Hubungan Status Gizi Dan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Hasil Belajar Mahasiswa,* 42(1), Pp. 29–38. Doi: 10.21831/Jk.V42i1.2229.
- Rudiyanto,Waluyo, M & Sugiharto, 2012, *Hubungan Berat Badan Tinggi Badan Dan Panjang Tungkai Dengan Kelincahan.* Journal Of Sport Sciences And Fitness, 4 (2).
- S Bakhtiar, Aa Pulungan, O Oktarifaldi, R Syahputra, Lp Putri, Jurnal Menssana 5 (1), 9-14, 2020.
- Sahabuddin, H, 2016, *Hubungan Antara Flat Foot Dengan Keseimbangan Dinamis Pada Murid Tk Sulawesi Kota Makassar.* Skripsi Sarjana, Tidak Diterbitkan, Universitas Hasanuddin Makasar, Makassar.
- Santika, Igpna, 2015, *Tingkat Kelincahan Calon Mahasiswa Baru Putra Fakultas*

- Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Ikip Pgri Bali Tahun 2015*. Denpasar : Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi Fpok Ikip Pgri Bali.
- Saputra, S, A, 2020, *Menjaga Imunitas Dan Kesehatan Tubuh Melalui*. 1-10.
- Siyoto, S & Sodik, A, 2015, *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishin.
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa, I, D, Bakri, B, & Fajar, I. 2016, *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbitbuku Kedokteran Egc.
- Syarifah Indah Pertiwi, 2020, *Studi Kasus Balita Gizi Kurang Di Wilayah Kerja Puskesmas Limapuluh Kota Pekanbaru. Tahun 2014*. E-Jurnal Medika, Vol 6, No 9, Pp. 18-21.
- Vita Seprianty, R.M, Suryadi Tjekyan, M. Athuf Thaha, 2015, *Status Gizi Anak Kelas Iii Sekolah Dasar Negeri 1 Sungaililin Vol 2, No 1 (2015)*.
- Who, 2015, *Global Physical Activity Questionnaire Analysis Guide*. [Http://Who.Int/Chp/Steps/Gpaq%20instrument%20and%20analysis%20guide%20v2.Pdf](http://Who.Int/Chp/Steps/Gpaq%20instrument%20and%20analysis%20guide%20v2.Pdf) Pada Tanggal 2 Juli 2019, Pukul 17.30 Wib.
- Wilda Yunieswati, D, B, 2014, *Status Antropometri Dengan Beberapa Indikator Pada Mahasiswa Tpb-Ipb*. Vol.9 No.3, 181-186.
- Yani, Ahmad, 2014, *Mindset kurikulum 2013*. Bandung: Alfabeta.
- Yunieswati, Wilda, And Dodik Briawan, 2014, *"Status Antropometri Dengan Beberapa Indikator Pada Mahasiswa Tpb-Ipb"* Jurnal Gizi Dan Pangan 9.3 (2014).
- Yusri, Yusri, Muhammad Zulkarnain, And Rico Januar Sitorus, 2020, *Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani Palembang Tahun 2019*. Diss. Sriwijaya University, 2020.
- Yusup, F, 2018, *Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif*. Vol 7, No 1.
- Yusup, F, 2018 *Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif*. Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan. 7(1).