

**PROFIL *ACTIVE PLAY* ANAK USIA 7-12 TAHUN DI KOTA DEPOK**

Skripsi

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Oleh :

**FREEHANA TIGANAPUTRI**

**NIM 1904275**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR**

**PENDIDIKAN JASMANI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**BANDUNG**

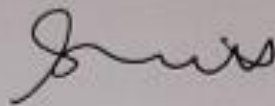
**2023**

HALAMAN PENGESAHAN  
FREEHANA TIGANAPUTRI  
1904275

**PROFIL *ACTIVE PLAY* ANAK USIA 7-12 TAHUN DI KOTA DEPOK**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

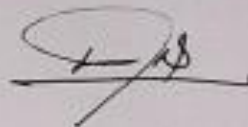
Pembimbing I



Dr. Suherman Slamet, M.Pd

NIP. 197603062005011010

Pembimbing II



Wildan Alfia Nugroho, M.Or

NIP. 920200419940403101

Mengetahui

Ketua Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Indonesia



Dr Lukmannul Haqim Lubay, M.Pd

NIP. 197508122009121004

**PROFIL *ACTIVE PLAY* ANAK USIA 7-12 TAHUN DI KOTA DEPOK**

**LEMBAR HAK CIPTA**

oleh

Freehana Tiganaputri

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidika Jasmani

© Freehana Tiganaputri

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2023

Hal cipta dilindungi undang-undang,

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian.

Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa ijin penulis.

# **PROFIL *ACTIVE PLAY* ANAK USIA 7-12 TAHUN DI KOTA DEPOK**

Freehana Tiganaputri

Email : [freehanatigana@upi.edu](mailto:freehanatigana@upi.edu)

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia

## **ABSTRAK**

Bermain merupakan naluri manusia dari setiap kalangan usia. Bagi anak-anak, bermain merupakan bagian penting dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya karena bermain memfasilitasi hasil perkembangan anak, seperti keterampilan motorik kasar, perkembangan kognitif, dan sosial. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana profil *active play* anak usia 7-12 tahun di Kota Depok. Metode penelitian yang digunakan adalah survei dengan menggunakan angket. Partisipan penelitian adalah anak usia 7-12 tahun di Kota Depok dengan jumlah 402 anak yang terdiri dari 200 anak laki-laki (49,2%) dan 202 anak perempuan (50,2%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata durasi bermain anak usia 7-12 tahun di Kota Depok adalah 1,2 jam perhari. Hanya 73 orang (17,4%) anak yang memiliki durasi bermain >2 jam. Oleh karena ini, profil *active play* anak di Kota Depok termasuk dalam kategori nilai F berdasarkan Global Matrix 4.0, artinya jumlah anak yang terlibat dalam aktivitas fisik bermain tidak lebih dari 20%. Permainan rakyat dan olahraga tradisional yang banyak dilakukan oleh partisipan dalam penelitian ini adalah aktivitas yang melibatkan gerak berlari, seperti sepak bola, petak jongkok, dan bentengan. Gadget menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi aktivitas dan durasi anak melakukan aktivitas fisik bermain. Dalam hal ini, perlu adanya perhatian dari orang tua terkait lamanya anak bermain gadget dan pentingnya penerapan gaya hidup aktif bagi anak.  
Kata Kunci : *Active Play*, Anak, Aktivitas Fisik.

# **ACTIVE PLAY PROFILE CHILDREN AGED 7-12 YEARS IN DEPOK CITY**

Freehana Tiganaputri

Email : [freehanatigana@upi.edu](mailto:freehanatigana@upi.edu)

Elementary School Physical Education Teacher Study Program

Indonesian University of Education

## **ABSTRACT**

Play is a human instinct of every age group. For children, play is an important part of their growth and development because it facilitates child development outcomes, such as gross motor skills, cognitive and social development. The purpose of this study was to determine the active play profile of children aged 7-12 years in Depok City. The research method used was a survey using a questionnaire. The research participants were children aged 7-12 years in Depok City with a total of 402 children consisting of 200 boys (49.2%) and 202 girls (50.2%). The results showed that the average duration of play for children aged 7-12 years in Depok City was 1.2 hours per day. Only 73 children (17.4%) had a play duration of >2 hours. Therefore, the active play profile of children in Depok City falls into the F value category based on Global Matrix 4.0, meaning that the number of children involved in physical play activities is not more than 20%. Folk games and traditional sports that are mostly performed by participants in this study are activities that involve running, such as soccer, squatting, and bentengan. Gadgets are one of the factors that influence children's activity and duration of physical play. In this case, there needs to be attention from parents regarding the length of time children play gadgets and the importance of implementing an active lifestyle for children.

Keywords : Active Play, Children, Physical Activity.

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
LEMBAR HAK CIPTA .....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I LATAR BELAKANG .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	4
1.3 Tujuan penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Struktur Organisasi Skripsi .....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	6
2.1 Active Play .....	6
2.2 Anak Usia 7-12 Tahun .....	19
2.3 Kota Depok.....	26
BAB III .....	27
3.1 Desain Penelitian .....	27
3.2 Partisipan .....	27
3.3 Populasi dan Sampel .....	27
3.4 Instrumen penelitian .....	29
3.5 Prodesur Penelitian.....	31
3.6 Analisis Data .....	33
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....	34
4.1 Temuan Penelitian .....	34
4.2 Pembahasan .....	46

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI .....	50
5.1    Simpulan.....	50
5.2    Implikasi .....	51
5.3    Rekomendasi .....	51
DAFTAR PUSTAKA .....	52
LAMPIRAN .....	58

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian.....	28
Tabel 3. 2 Sampel Penelitian.....	29
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian .....	30
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	31
Tabel 4. 1 Grafik Frekuensi Jumlah Hari Bermain .....	37
Tabel 4. 2 Grafik Frekuensi Jumlah Hari Bermain berdasarkan Gender.....	38
Tabel 4. 3 Frekuensi Duras Bermain .....	40
Tabel 4. 4 Frekuensi Durasi Bermain berdasarkan Gender .....	42
Tabel 4. 5 Grafik Frekuensi Jenis Permainan .....	44
Tabel 4. 6 Grafik Jenis Permainan berdasarkan Gender .....	46



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Peta Kota Depok.....	26
Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian.....	32
Gambar 4. 1 Grafik Frekuensi Jumlah Hari Bermain .....	37
Gambar 4. 2 Grafik Frekuensi Jumlah Hari Bermain berdasarkan Gender .....	38
Gambar 4. 3 Frekuensi Durasi Bermain.....	40
Gambar 4. 4 Frekuensi Durasi Bermain berdasarkan Gender.....	42
Gambar 4. 5 Grafik Frekuensi Jenis Permainan.....	44
Gambar 4. 6 Grafik Frekuensi Jenis Permainan berdasarkan Gender .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Penetapan Judul dan Dosen Pembimbing Skripsi .....	58
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	83
Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian.....	74
Lampiran 4 Instrumen Penelitian .....	79
Lampiran 5 Angket Penelitian .....	81
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	83

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyanti, D. G. (2023). Fase dan Tugas Perkembangan Anak Sekolah Dasar Serta Pemanfaatan Tugas Perkembangan Dalam Pembelajaran. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 992-1000.
- Alias, N., Ying, C. Y., Kuay, L. K., Ahmad, A., Rifin, H. M., Shahein, N. A., & Baharudin, A. (2022). *Physical Inactivity and Its Associated Factors among Adults in Malaysia: Findings from National Health and Morbidity Survey (NHMS) 2019. International Journal of Public Health Research*, 12(1).
- Andayani, S. (2021). Bermain sebagai sarana pengembangan kreativitas anak usia dini. *JURNAL AN-NUR: Kajian Ilmu-Ilmu Pendidikan Dan Keislaman*, 7(01), 230-238.
- Anggita, G. M. (2018). Eksistensi permainan tradisional sebagai warisan budaya bangsa. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 3(2), 55-59.
- Anisah, A. S., Hakam, K. A., & Syaodih, E. (2021). Perkembangan Sosial, Emosi, Moral Anak Dan Implikasinya Terhadap Pembentukan Sikap Sosial Siswa Sekolah Dasar. *JUDIKNAS: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar Indonesia*, 1(1), 69-80.
- Aprilianto, A., & Mariana, W. (2018). Permainan Edukasi (Game) Sebagai Strategi Pendidikan Karakter. *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1), 139-158.
- Aubert S, Barnes JD, Demchenko I, Hawthorne M, Abdeta C, Abi Nader P, AdsuarSala JC, Aguilar-Farias N, Aznar S, Bakalár P, Bhawra J, Brazo-Sayavera J, Bringas M, Cagas JY, Carlin A, Chang CK, Chen B, Christiansen LB, Christie CJ, De Roia GF, Delisle Nyström C, Demetriou Y, Djordjic V, Emeljanovas A, Findling Endy L, Gába A, Galaviz KI, González SA, Hesketh KD, Huang WY, Hubona O, Jeon JY, Jurakić D, Jürimäe J, Katapally TR, Katewongsa P, Katzmarzyk PT, Kim YS, Lambert EV, Lee EY, Levi S, Lobo P, Löf M, Loney T, López-Gil JF, López-Taylor J, Mäestu E, Mahendra A, Makaza D, Mallari MFT, Manyanga T, Masanovic B, Morrison SA, Mota J, Müller-

Riemenschneider F, Muñoz Bermejo L, Murphy MH, Naidoo R, Nguyen P, Paudel S, Pedišić Ž, Pérez-Gómez J, Reilly JJ, Reimers AK, Richards AB, Santos Silva DA, Saonuam P, Sarmiento OL, Sember V, Shahril MR, Smith M, Standage M, Stratton G, Subedi N, Tammelin TH, Tanaka C, Tesler R, Thivel D, Tladi DM, Tlučáková L, Vanderloo LM, Williams A, Wong SHS, Wu CL, Zembura P, Tremblay MS. *Global Matrix 4.0 Physical Activity Report Card Grades for Children and Adolescents: Results and Analyses From 57 Countries*. *J Phys Act Health*. 2022 Oct 22;19(11):700-728. doi: 10.1123/jpah.2022-0456. PMID: 36280233.

- Bahridah, P., & Neviyarni, N. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik Dalam Pembelajaran. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, 2(1), 13-19.
- Bakar, M. F. A., Yusoff, S. S. M., Rahman, R. A., & Idris, N. S. (2021). *The Prevalence of Smartphone Addiction and Its Association with Parenting Styles among Secondary School Students in Kota Bharu, Kelantan*. *International Medical Journal*, 28(5), 542-546.
- Bidzan-Bluma, I., & Lipowska, M. (2018). *Physical activity and cognitive functioning of children: a systematic review*. *International journal of environmental research and public health*, 15(4), 800.
- Blegur, J. (2019). Permainan kecil: Teori dan aplikasi.
- Calorina, L., Pawito, P., & Prasetya, H. (2020). *The effect of gadget use on child development: A path analysis evidence from Melawi, West Kalimantan*. *Journal of Maternal and Child Health*, 5(1), 110-119.
- Cunningham, C., O'Sullivan, R., Caserotti, P., & Tully, M. A. (2020). *Consequences of physical inactivity in older adults: A systematic review of reviews and meta-analyses*. *Scandinavian journal of medicine & science insports*, 30(5), 816-827.
- Dankiw, K. A., Tsiros, M. D., Baldock, K. L., & Kumar, S. (2020). *The impacts of unstructured nature play on health in early childhood development: A systematic review*. *Plos one*, 15(2), e0229006.

- Dui Ernawati, A. R., & Suryadi, B. (2021). Tingkat Pengetahuan Orang Tua dan Tingkat Ketergantungan Gadget Pada Anak Usia Sekolah.
- Fadhilah, Y. N., Tanuwidjaja, S., & Saepulloh, A. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 113 Banjarsari Kota Bandung Tahun 2019-2020. *Jurnal Riset Kedokteran*, 80-84.
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). *Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1·6 million participants. The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(1), 23-35.
- Halifah, S. (2020). Pentingnya Bermain Peran Dalam Proses Pembelajaran Anak. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3).
- Hasan, F., Juniarsyah, A. D., Ihsani, S. I., Hidayat, I. I., Winata, B., & Safei, I. (2020). Pemetaan Tingkat Aktivitas Fisik Siswa Sekolah Dasar Kota Bandung. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 5(2), 128-134.
- Hasim, E. (2018). Perkembangan bahasa anak. *Pedagogika*, 9(2), 195-206.
- Istiqomah, H., & Suyadi, S. (2019). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Sekolah Dasar Dalam Proses Pembelajaran (Studi Kasus Di Sd Muhammadiyah Karangbendo Yogyakarta). *El Midad*, 11(2), 155-168.
- James, M., Rasheed, M., Bandyopadhyay, A., Mannello, M., Marchant, E., & Brophy, S. (2022). *The Effect COVID Has Had on the Wants and Needs of Children in Terms of Play: Text Mining the Qualitative Response of the Happen Primary School Survey with 20,000 Children in Wales, UK between 2016 and 2021. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12687.
- Janna, N. M., & Herianto, H. (2021). Konsep uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan SPSS.
- Jannah, M. (2018). *Faktor Yang Memengaruhi Terjadinya Obesitas Pada Anak Sekolah Di Sdn 1 Sigli Kabupaten Pidie Tahun 2018* (Doctoral Dissertation, Institut Kesehatan Helvetia).
- Kesetyaningsih, T. W., & Astuti, Y. (2022). Pelatihan Skrining Penyakit Tidak Menular dan Pencegahannya Bagi Kader Kesehatan. *Kaibon*

*Abhinaya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 109-114

- Khotimah, K., & Nasrulloh, M. F. (2021). Statistik Deskriptif. LPPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah.
- Kurnianingsih, D. A., Pulungan, Y. K., Pribadi, B., & Nasution, F. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orangtua Terhadap Kepribadian Anak Sekolah Dasar Usia 7-12 Tahun. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 12355- 12362.
- Labudasari, E., & Sriastria, W. (2018). Perkembangan Emosi Pada Anak Sekolah Dasar. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP Universitas Muhammadiyah Cirebon* (pp. 5-6).
- Magdalena, I., Insyirah, A., Putri, N. A., & Rahma, S. B. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Pada Rendahnya Pola Pikir Pada Anak Usia Sekolah (6-12 Tahun) Di Sdn Gempol Sari Kabupaten Tangerang. *Nusantara*, 3(2), 166-177.
- Maola, P. S., & Lestari, T. (2021). Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 3(1), 219-225.
- Megawati, R. N., & Sofia, N. (2021). Pengaruh sedentary behavior terhadap obesitas pada anak sekolah. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 651-661.
- Martias, L. D. (2021). Statistika deskriptif sebagai kumpulan informasi. *Fihris: Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 16(1), 40-59.
- Mitasari, N. R. (2018). Model Pembelajaran Edutainment Terhadap Perkembangan Kognitif Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 4(1).
- Moore, S. A., Faulkner, G., Rhodes, R. E., Brussoni, M., Chulak-Bozzer, T., Ferguson, L. J., & Tremblay, M. S. (2020). *Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey. International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 17(1), 1-11.

- Murjani, M. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *Cross-border*, 5(1), 687-713.
- Pujiastuti, E., & Nurunnisa, R. (2021). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Anak Melalui Kegiatan Bermain Aktif. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 4(4), 451-459.
- MR, M. H. (2021). Lunturnya Permainan Tradisional. *Aceh Anthropological Journal*, 5(1), 1-15.
- Putra, K. P., Kinasih, A., & Kriswandaru, P. (2018). Gambaran Aktivitas Fisik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri di Salatiga.
- Ramdani, L. A., & Azizah, N. (2019). Permainan Outbound untuk Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 482-490.
- Ranti, I. (2022). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Skrining Penyakit Tidak Menular pada Kader Kesehatan POSBINDU. *Jurnal Surya Masyarakat*, 4(2), 253-256.
- Riyanto, P., & Mudian, D. (2019). Pengaruh aktivitas fisik terhadap peningkatan kecerdasan emosi siswa. *Journal Sport Area*, 4(2), 339-347.
- Roflin, E., & Liberty, I. A. (2021). Populasi, Sampel, Variabel dalam penelitian kedokteran. Penerbit NEM.
- Rusmianto, A., & Putra, K. P. (2020). Studi Pengetahuan Orang Tua tentang Gawai dan Pemberian Gawai pada Anak Usia 9-12 Tahun. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1).
- Rut, N., Gaol, R. L., Abi, A. R., & Silaban, P. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Keterampilan Sosial Anak Sd. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 449-455.
- Sabani, F. (2019). Perkembangan anak-anak selama masa sekolah dasar (6–7 tahun). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 8(2), 89-100.
- Simanjuntak, C. F. (2022). Dampak Perkembangan Teknologi Terhadap Permainan Tradisional Di Daerah Medan. *Seminar Nasional 2022-NBM Arts*.
- Siregar, N. M., Budiningsih, M., & Novitasari, E. F. (2018, November). Model latihan kelentukan berbasis permainan untuk anak usia 6 sampai 12 tahun. In *Prosiding Seminar Dan Lokakarya Fakultas Ilmu*

- Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta (Vol. 3, No. 01, pp. 75-87).
- Sofyan, D., Fauzi, R. S., Sahudi, U., Rustandi, E., Priyono, A., & Indrayogi, I. (2022). Alternatif Meningkatkan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar: Pendekatan Bermain. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 8(2), 438-448.
- Subagyo, R. U., & Fithroni, H. (2022). Identifikasi Perilaku Kurang Gerak (Sedentary Behavior) Pada Siswa Sekolah Dasar Di SDN Kertajaya 5 Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(03), 195-202.
- Subarkah, M. A. (2019). Pengaruh gadget terhadap perkembangan anak. *Rausyan Fikr: Jurnal Pemikiran Dan Pencerahan*, 15(1).
- Veronica, N. (2018). Permainan Edukatif Dan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini. *Pedagogi: Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 49-55.
- Wahyuni, F., & Azizah, S. M. (2020). Bermain dan belajar pada anak usia dini. *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan Dan Keagamaan*, 15(01), 159-176.
- Wicaksono, A. (2020). Aktivitas Fisik Yang Aman Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(1), 10-15.
- World Health Organisation. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. 2020. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>. Diakses pada 26 Juni 2023.
- Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Baum, R., & Committee on Psychosocial Aspects Of Child And Family Health. (2018). *The power of play: A pediatric role in enhancing development in young children. Pediatrics*, 142(3).
- Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1).
- Zega, B. K., & Suprihati, W. (2021). Pengaruh Perkembangan Kognitif Pada Anak. *Veritas Lux Mea (Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen)*, 3(1), 17-24.
- Zogara, A. U. (2018). *Screen Based Activity dan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar di Kota Kupang. CHMK Health Journal*, 2(3), 15-19.