

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemajuan dan perkembangan zaman pada abad ini merupakan suatu pencapaian yang sangat pesat. Pengaruh teknologi dan kemudahannya memberikan banyak manfaat dalam memenuhi kebutuhan hidup yang praktis. Kemudahan dalam mengakses segala hal salah satunya adalah kemudahan bertransportasi. Transportasi aktif adalah cara menuju kepada suatu tempat dengan menggunakan energi dari dalam yaitu seperti berjalan kaki dimana perilaku tersebut mempengaruhi pola pergerakan dan penggunaan ruang ketika berjalan kaki (Makalew, 2019). Transportasi aktif mengacu pada segala bentuk transportasi bertenaga manusia seperti berjalan, bersepeda, menggunakan kursi roda, *in-line skating*, dan *skateboard* (Aubert et al., 2022). Kondisi tingkat aktivitas fisik masyarakat Indonesia masih mengkhawatirkan, pada tahun 2018 ada 33,5% masyarakat Indonesia yang masuk dalam kategori kurang aktivitas fisik dengan kata lain mereka yang melakukan olahraga kurang dari 150 menit dalam kurun waktu satu minggu, angka tersebut naik dibandingkan tahun 2013 yang berjumlah 26,1% (Risksedas,2018)

Data dari Kementerian Kesehatan RI (2018) menunjukkan bahwa 39% orang dewasa dunia yang berusia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan dan 13% mengalami obesitas, sedangkan di Indonesia 13,5% mempunyai berat badan yang berlebih dan 28,7% mengalami obesitas. Berat badan dapat dipantau dengan menggunakan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) seseorang. IMT merupakan cara untuk mengetahui status gizi seseorang. Sedangkan status gizi di Indonesia Hasil dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022, balita stunting mengalami penurunan 2,8% menjadi 21,6% dari tahun 2018-2022 dimana *underweight* pada 2022 menjadi 17,1%, dibandingkan 2018 17,7%, *wasting* menjadi 17,1% dari tahun 2018 yaitu 10,2%, dan *Overweight* menjadi 3,5% dibandingkan pada tahun 2018 yaitu 8,0%. Dalam hal ini stunting menurun, namun perlu percepatan untuk mencapai target 14% di tahun 2024 (Kemenkes RI, 2022). Sekolah dapat menjadi sebuah acuan kebijakan, faktor organisasi (misalnya infrastruktur, kemampuan *akutabel* untuk

Dila Sepvi Murtikawati, 2023

**HUBUNGAN TRANSPORTASI AKTIF DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN STATUS GIZI
DI PANGANDARAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

implementasi kebijakan), atau faktor siswa yang dapat mempengaruhi peluang aktivitas fisik dan partisipasi anak dan remaja untuk dapat meningkatkan kebugaran jasmani setiap peserta didik di sekolah dasar dan status gizi mempengaruhi terciptanya sumber daya manusia yang berkualitas. Upaya dalam memperbaiki status gizi setiap peserta didik harus dilaksanakan seperti dengan kebiasaan berangkat dan pulang sekolah menggunakan transportasi aktif. Indeks Pembangunan Manusia (IPM) merupakan salah satu metrik yang digunakan untuk membandingkan kualitas sumber daya manusia (Hadi, 2019). Beberapa negara Asia Tenggara seperti Singapura, Brunei Darussalam, Malaysia, dan Thailand memiliki nilai IPM yang lebih tinggi dibandingkan dengan Indonesia pada tahun 2020 menempati peringkat 1-7 dari 189 negara (Alleg, 2019)

Kebiasaan berangkat dan pulang dari sekolah dengan menggunakan transportasi aktif seperti berjalan, atau bersepeda dapat membentuk kebiasaan yang positif sehingga berdampak kepada kebugaran jasmani peserta didik tersebut. Terlebih sudah ditetapkannya sistem zonasi Menurut Permendikbud No. 14 Tahun 2018 pasal 12 mengenai seleksi atau ketentuan dalam penerimaan peserta didik pada jenjang sekolah dasar yang pertama mengacu pada usia calon peserta didik yang sudah terpenuhi yaitu 6 tahun dan yang kedua berdasarkan radius zona yang telah ditentukan. Menurut Arifuddin dkk (2019) dimana jarak tempuh antara rumah dan sekolah tidak terlalu jauh, sehingga peserta didik dapat menerapkan kebiasaan berangkat dan pulang sekolah menggunakan transportasi aktif. Dengan transportasi aktif diharapkan peserta didik juga mampu memiliki status gizi yang baik. Status gizi merupakan keadaan akibat dari keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan gizi dan penggunaan zat gizi tersebut atau bentuk dari *nutriture variable* tertentu (Anindya, 2018). Gizi merupakan suatu proses menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses *digesti*, *absorpsi*, *transportasi*, penyimpanan, *metabolism* dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi (Indra, 2017)

Untuk mencapai target penurunan obesitas siswa sekolah dasar perlu adanya usaha yang dapat dilakukan pada peserta didik di sekolah dasar yaitu dengan meningkatkan kebugaran jasmaninya untuk memiliki status gizi yang baik dengan memulai kebiasaan berangkat dan pulang sekolah menggunakan transportasi aktif. Kebugaran jasmani sendiri merupakan faktor penentu derajat kondisi setiap individu, seseorang dapat dikatakan bugar apabila mampu melakukan segala aktivitas kehidupan sehari-hari tanpa mengalami hambatan atau kelelahan yang berarti dan dapat melakukan tugas berikutnya (Budiman & Huda, 2017). Seseorang yang memiliki kebugaran jasmani yang baik dapat melakukan pekerjaan atau berfikir dengan baik, optimal serta dapat memiliki kinerja yang efektif dan efisien karena tidak mudah Lelah, dan daya tahan tubuh yang bagus dan dapat mencegah berbagai jenis penyakit (Utomo, 2020).

Pangandaran adalah daerah otonomi baru yang berdiri pada tanggal 25 Oktober 2012. Wilayah pangandaran adalah pesisir pantai salah satunya yaitu kecamatan kalipucang. Dimana pemukiman warganya berdekatan dengan pantai. Selain itu juga terdapat daerah dataran tinggi. Sehingga pangandaran tidak hanya sekedar pesisir pantai saja tetapi juga terdapat pegunungannya. Sehingga banyak anak-anak yang bersekolah di dekat sekitar pantai dan dataran tinggi. Selain itu penggunaan transportasi yang beragam masih banyak digunakan oleh siswa dan siswi sekolah dasar yang berada di kabupaten pangandaran, khususnya di kecamatan kalipucang.

Berdasarkan uraian di atas peneliti merasa tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan transportasi aktif dengan kebugaran jasmani dan status gizi di Pangandaran”. Peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan transportasi aktif dengan kebugaran jasmani dan status gizi siswa di Pangandaran di sekolah negeri di dua kategori dekat dengan pesisir pantai dan dataran tinggi yaitu di kecamatan Kalipucang. Sekolah tersebut adalah SDN 1 Putrapinggan, SDN 2 Putrapinggan, SDN 3 Putrapinggan dan SDN 4 Putrapinggan. Dimana terdapat banyak keberagaman dalam menggunakan transportasi untuk pulang dan pergi ke sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan analisis masalah yang telah dipaparkan di atas maka secara umum rumusan masalah pada penelitian adalah “Apakah ada hubungan transportasi aktif dengan kebugaran jasmani dan status gizi siswa di pangandaran.”

1.3 Tujuan Penelitian

Secara umum tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui seberapa besar hubungan transportasi aktif dengan kebugaran jasmani dan status gizi siswa di pangandaran”

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat yang akan diperoleh sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat/Signifikansi dari Segi Teori

Manfaat dari segi teori dapat memberikan bukti secara ilmiah tentang kebugaran jasmani dan status gizi siswa sekolah dasar yang berada di beberapa kecamatan yang ada di Kabupaten Pangandaran tahun ajaran 2022/2023 berdasarkan dengan cara menempuh ke sekolah dengan menggunakan transportasi aktif, sehingga dapat menjadi acuan dalam pengembangan program Pendidikan jasmani dan Kesehatan.

1.4.2 Manfaat/Signifikansi dari Segi Kebijakan

Manfaat dari segi kebijakan yaitu dapat memberikan sebuah inspirasi bagi pemangku kebijakan untuk dapat mengembangkan dan mempromosikan gaya hidup yang sehat seperti menggunakan transportasi aktif ke sekolah guna meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik khususnya di Kabupaten. Pangandaran.

1.4.3 Manfaat/Signifikansi dari Segi Praktik

Manfaat dari segi praktik terdiri dari : (a) bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan masukan dan pertimbangan dalam menentukan program-program tambahan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan; (b) bagi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, data yang didapatkan dapat digunakan untuk melakukan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan sekaligus untuk menentukan program tambahan yang akan diberikan; (c) bagi peneliti

Dila Sepvi Murtikawati, 2023

HUBUNGAN TRANSPORTASI AKTIF DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN STATUS GIZI DI PANGANDARAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

selanjutnya, dapat mengembangkan dan mengkaji ulang untuk mendapatkan hasil penelitian yang dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi di wilayah yang berbeda; (d) bagi orang tua, dapat digunakan sebagai pendorong orang tua untuk lebih mendukung anaknya melakukan kegiatan aktivitas jasmani atau olahraga, menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani anak, serta dapat digunakan sebagai acuan penentuan pemenuhan makanan sehari-hari yang bergizi dan seimbang; (e) bagi siswa, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui kebugaran jasmani siswa yang bersangkutan.

1.4.4 Manfaat/Signifikansi dari Segi Isu serta Aksi Sosial

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kebugaran jasmani dan status gizi dengan menerapkan perilaku hidup aktif dengan melakukan kebiasaan menuju kepada suatu tempat dengan menggunakan transportasi aktif seperti berjalan, atau bersepeda.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Agar dapat memberikan gambaran yang lebih jelas terhadap proposal skripsi ini, penulis menyajikan sesuai dengan sistematika skripsi yang sudah ditetapkan berdasarkan Keputusan Rektor Universitas Pendidikan Indonesia Nomor 7867/UN40/HK/2019 tentang “Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia Tahun 2019” sebagai berikut:

- 1) BAB I Pendahuluan. Pada bab ini berisi uraian dari latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
- 2) BAB II Kajian Pustaka. Pada bab ini berisi kajian pustaka yang menjadi dasar penelitian, kerangka pemikiran penelitian, dan hipotesis penelitian.
- 3) BAB III Metodologi Penelitian. Pada bab ini berisi mengenai desain penelitian, partisipan, tempat penelitian, pengumpulan data, analisis data, dan isu etik.
- 4) BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Pada bab ini berisi mengenai hasil analisis data dan mengevaluasi apakah hasil yang didapatkan dapat menjawab pertanyaan penelitian yang diajukan.

- 5) BAB V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi. Pada bab ini berisi mengenai kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, serta mengetahui dampak langsung dari hasil penelitian tersebut, dan dapat memberikan rekomendasi yang membangun sebagai upaya meningkatkan penelitian selanjutnya.