

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Akumulasi lemak abnormal ataupun berlebihan yang bisa mempengaruhi kesehatan dikenal sebagai kegemukan dan obesitas (WHO, 2022, hlm. p). Selanjutnya, WHO menyatakan bahwa lebih dari 340 juta anak dan remaja berusia 5-19 tahun pada tahun 2016 menderita kelebihan berat badan atau obesitas, 19% anak laki-laki serta 18% anak perempuan kelebihan berat badan (WHO, 2022, hlm. p). Dalam kurun waktu tahun 2018-2020 sebanyak 33 negara melaporkan data anak yang mengalami obesitas sebanyak 29% dari total sampling sebanyak 411.000 anak usia 7-9 tahun, secara keseluruhan prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada anak laki-laki adalah 31%, sedangkan pada anak perempuan adalah 28% (WHO, 2023, hlm. p). Obesitas atau kelebihan berat badan di dunia lebih menonjol dikalangan anak laki-laki berbanding terbalik dengan tingkat obesitas di Indonesia, di Indonesia pada tahun 2018 berdasarkan diagnosis dokter menunjukkan bahwa laki-laki memiliki prevalensi sebesar 1.2%, sedangkan perempuan memiliki prevalensi sebesar 1.8%. Selain itu, terdapat perbedaan prevalensi antara daerah perkotaan dan pedesaan, dimana prevalensi obesitas di daerah perkotaan sejumlah 1.9% namun di daerah pedesaan sebesar 1.0% (Risikesdas, 2018, hlm. 8).

Remaja serta anak-anak yang tinggal di lingkungan pedesaan lebih baik dalam kebugaran kardiorespirasi, kebugaran otot ekstremitas atas dan bawah, serta lebih baik dalam koordinasi, kecepatan, dan kelincahan dibandingkan dengan teman sebaya yang tinggal di kota (Sylejmani dkk., 2020, hlm. 873). Kemudian, Sylejman menyatakan bahwa penyebab anak-anak di perkotaan memiliki kebugaran yang lebih rendah dibandingkan anak di pedesaan, dikarenakan gaya hidup sedenter yang meningkat, terutama pada anak yang tinggal di perkotaan menyebabkan penurunan aktivitas fisik secara keseluruhan dan tingkat kebugaran, sedangkan anak yang tinggal di daerah pedesaan melakukan aktivitas fisik yang lebih spontan di luar ruangan dan lebih banyak menggunakan medan luar dibandingkan anak-anak di kota, sehingga hal ini menjadi alasan mengapa anak di pedesaan memiliki hasil yang lebih baik (Sylejmani dkk., 2020, hlm. 872).

Menurut hasil observasi yang sudah dilaksanakan peneliti di SDN 062 Ciujung Kota Bandung, terdapat banyak siswa yang kurang berminat serta kurang termotivasi untuk ikut serta pembelajaran olahraga karena terbatasnya fasilitas olahraga yang disediakan oleh sekolah, selain itu siswa juga mudah mengalami kelelahan. Pada jam istirahat banyak siswa membeli makanan sembarangan, siswa juga lebih sedikit menghabiskan waktu untuk bergerak pada jam istirahat dan lebih sering duduk karena mereka lebih memilih bermain game dibandingkan memahami manfaat dari makanan yang dimakannya, siswa diperkirakan akan memiliki status gizi yang rendah karena kurangnya pemahaman dan aktivitas fisik.

Menurut uraian permasalahan tersebut, bahwa diperlukan adanya penelitian terkait tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di perkotaan berdasarkan jenis kelamin, level aktivitas fisik serta indeks massa tubuh, diharapkan terhadap diketahuinya profil kebugaran jasmani dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya kebugaran jasmani. Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Lestari, 2012, hlm. 5) yang memiliki judul “Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kebugaran pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN 1 Sidodadi Masaran” kelemahan pada penelitian ini yaitu hanya melibatkan sampel yang sedikit, selain itu penelitian ini hanya mengkaji hubungan dan tidak mengungkapkan gambaran atau profil mengenai kebugaran jasmani berdasarkan jenis kelamin, level aktivitas fisik serta indeks massa tubuh. Dengan demikian, penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengeksplorasi lebih jauh terkait “Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar di Perkotaan Berdasarkan Jenis Kelamin, Indeks Massa Tubuh dan Level Aktivitas Fisik”.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Menurut latar belakang dan identifikasi masalah yang sudah diuraikan sehingga pada penelitian ini rumusan masalahnya yaitu:

1. Bagaimana tingkat kebugaran jasmani berdasarkan jenis kelamin?
2. Bagaimana tingkat kebugaran jasmani berdasarkan indeks massa tubuh?
3. Bagaimana tingkat kebugaran jasmani berdasarkan level aktivitas fisik?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan tersebut, sehingga tujuan dari penelitian ini yakni:

1. Mengetahui tingkat kebugaran jasmani berdasarkan jenis kelamin.
2. Mengetahui tingkat kebugaran jasmani berdasarkan indeks massa tubuh.
3. Mengetahui tingkat kebugaran jasmani berdasarkan level aktivitas fisik.

1.4 Manfaat Penelitian

Bertitik tolak dari tujuan yang akan diperoleh pada penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1.4.1 Manfaat dari Segi Teori

Manfaat teoritis penelitian ini bisa memberikan kontribusi baru pada dunia pendidikan mengenai kebugaran jasmani anak-anak terutama pada tingkat sekolah dasar, agar siswa memiliki kemampuan untuk melaksanakan berbagai aktivitas di sekolah dan di lingkungan sekitar.

1.4.2 Manfaat dari Segi Kebijakan

Hasil penelitian dapat jadi dasar bagi pihak-pihak terkait, seperti dinas kesehatan dan pendidikan dalam mengembangkan kesehatan anak-anak, pencegahan obesitas dan mengembangkan kebijakan terkait pendidikan, serta informasi tentang profil kebugaran jasmani dapat membantu penyusunan program pendidikan jasmani yang lebih efektif serta berdasarkan pada kebutuhan siswa sekolah dasar.

1.4.3 Manfaat dari Segi Praktik

Hasil penelitian mampu digunakan untuk mengkaji dan memperbaiki kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar agar lebih sesuai dengan kebutuhan siswa, serta membantu sekolah dalam merancang program aktivitas fisik yang lebih mendukung peningkatan kebugaran siswa.

1.4.4 Manfaat dari Segi Isu serta Aksi Sosial

Temuan penelitian ini dapat digunakan dalam kampanye kesehatan untuk mendorong guru, orang tua, dan masyarakat untuk mendukung pola hidup aktif pada anak-anak, serta dapat membantu mengedukasi masyarakat tentang pentingnya pemahaman terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani anak-anak.

Cantigi Fitriani, 2023

PROFIL TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DI PERKOTAAN BERDASARKAN JENIS KELAMIN, INDEKS MASSA TUBUH DAN LEVEL AKTIVITAS FISIK

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

1.5 Struktur Organisasi

Struktur organisasi dalam penulisan skripsi yang peneliti tentukan tersusun atas beberapa bagian bab dalam penyusunan skripsi, yakni:

1.5.1 BAB 1 Pendahuluan

Pada bab ini memuat terkait permasalahan obesitas anak sekolah dasar dan kekosongan penelitian terdahulu yang berkaitan terhadap kebugaran jasmani berdasarkan jenis kelamin, indeks massa tubuh dan level aktivitas fisik. terdapat latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

1.5.2 BAB II Kajian Pustaka

Pada bab ini memuat tentang uraian mengenai hakikat, fungsi dan komponen kebugaran jasmani, indeks massa tubuh untuk mengetahui status gizi anak serta penyebab obesitas serta cara mengatasinya, pentingnya aktivitas fisik untuk anak sekolah dasar, terdapat hakikat konsep, teori, penelitian sebelumnya yang terkait serta memiliki hubungan terhadap penelitian ini, dan kajian pustaka yang menjadikan dasar penelitian.

1.5.3 BAB III Metodologi Penelitian

Pada bab ini berisi uraian terkait tempat penelitian yang berlokasi di salah satu sekolah dasar di Bandung dengan jumlah sampel 109 anak yang akan di tes menggunakan instrument TKJI, pengukuran IMT dan kuesioner PAQ-C, semua data tersebut akan diolah menggunakan Microsoft Excel, terdapat deskriptif lokasi, populasi dan sampel penelitian, metode penelitian, prosedur penelitian, variabel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

1.5.4 BAB IV Hasil Penelitian

Pada bab ini berisi hasil temuan penelitian dari hasil kebugaran jasmani berdasarkan jenis kelamin setara mendapatkan kategori sedang dalam tingkat kebugaran jasmani, berdasarkan imt rata-rata anak yang normal kebugaran jasmani nya sedang, berdasarkan level aktivitas fisik rata-rata anak dalam kategori cukup mendapatkan kebugaran jasmani yang sedang.

1.5.5 BAB V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi

Pada bab ini berisi mengenai kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian, mayoritas siswa di perkotaan telah mencapai tingkat aktivitas fisik yang

memadai, yang bisa memberi manfaat positif untuk kesehatan serta kebugaran mereka. Walaupun mayoritas siswa berada dalam kategori cukup, perlu diingat bahwa upaya untuk meningkatkan kebugaran dan aktivitas fisik di antara siswa harus tetap menjadi perhatian utama.