

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Di Indonesia jumlah penduduk yang begitu besar masih menjadi persoalan karena jika pertumbuhan dan jumlah penduduk tentu harus diikuti dengan fasilitas yang dibutuhkan untuk menunjang kebutuhan karena menurut Sulaksono (2015) *Population density* atau dikenal dengan kepadatan penduduk yaitu jumlah penduduk yang mendiami suatu daerah tertentu dengan satuan kilometer persegi. Fasilitas kota sebaiknya memberikan fasilitas yang terjangkau untuk semua kelompok berupa pendidikan, fasilitas ibadah maupun Kesehatan (Rumengan dkk, 2019). Kepadatan penduduk dapat menyebabkan seseorang mengalami penurunan aktivitas fisik karena kurang bergerak, maka hal ini akan menimbulkan efek yang tidak baik bagi tubuh.

Aktivitas fisik didefinisikan sebagai pergerakan tubuh khususnya otot yang membutuhkan energi dan olahraga adalah salah satu bentuk aktivitas fisik. Seperti yang dikemukakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) bahwa Aktivitas fisik merupakan setiap gerakan tubuh yang diakibatkan kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi. Rekomendasi dari *Physical Activity and Health* menyatakan bahwa aktivitas fisik sedang sebaiknya dilakukan sekitar 30 menit atau lebih dalam seminggu, Aktivitas fisik sedang antara lain berjalan, jogging, berenang, dan bersepeda. Aktivitas fisik yang dilakukan setiap hari bermanfaat bukan hanya untuk mendapatkan kondisi tubuh yang sehat tetapi juga bermanfaat untuk kesehatan mental, hiburan dalam mencegah stress (Septiani & Raharjo 2017, hlm. 263). Untuk membimbing anak menjadi aktif, menurut Stork & Sanders (2015, hlm.205) aktivitas fisik yang diberikan siswa meliputi (a) mengembangkan keterampilan yang sesuai dan sesuai secara mental, (b) personal terlatih dalam praktik pembelajaran yang sesuai untuk aktivitas fisik, (c) lingkungan aktivitas fisik yang sesuai dana man termasuk dengan peralatan berukuran siswa, (d) kurikulum inklusif berdasarkan pemahaman konsep gerak dan tema

keterampilan. Data hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 menunjukkan bahwa terdapat 26,1% masyarakat di Indonesia usia lebih dari 10 tahun yang tergolong kurang aktif dan di Jawa Barat sendiri 25,4% masyarakat yang tergolong kurang aktif. Akan tetapi anak-anak yang kurang memperhatikan manfaat dari aktivitas fisik, salah satu contoh terjadi di Kawasan padat penduduk karena melihat fasilitas maupun jarak rumah ke rumah berimpitan.

Siswa sekolah dasar (SD) memiliki kemampuan belajar sangat tinggi karena rasa ingin tahu berlebih, maka dari itu siswa perkembangannya harus dioptimalkan, karena menurut Burhaein (2017) Perkembangan anak usia dini sifatnya holistik, yaitu bisa tumbuh maksimal apabila sehat tubuhnya, cukup gizinya dan didik secara baik dan benar. Anak tumbuh dari berbagai aspek yaitu tumbuh fisiknya, baik motorik kasar ataupun halus, berkembang aspek kognitif, aspek sosial serta emosional. Perilaku anak untuk menghadapi yang akan datang anak sudah mulai kenal dengan lingkungan yang luas, lingkungan sekitar dan tempat tinggal.

Usia rata-rata anak Indonesia saat masuk sekolah dasar adalah 6 sampai 12 tahun, pada usia tersebut dibagi menjadi dua masa perkembangan, yaitu pada usia 6-9 tahun (Meriyati, 2015, hlm. 11-13). Menurut Divinubun (2016) menyatakan bahwa Gender merupakan membedakan laki-laki dan perempuan dalam pandangan norma dan budaya yang ada di sebuah masyarakat. Istilah gender sangat ditentukan oleh kapan dan dimana laki-laki serta perempuan tersebut tidak dan dibedakan. Keadaan dan situasi tersebut menentukan pandangan masyarakat atas status laki-laki dan perempuan.

Hasil Penelitian sebelumnya Widiyatmoko & Hadi (2018) berjudul “Tingkat Aktivitas Fisik siswa di Kota Semarang” menyatakan bahwa nilai aktivitas fisik siswa Laki-laki rata-rata 1506,61 *MET (min/week)*, sedangkan siswa Perempuan 1015,85 *MET (min/week)* dan secara umum aktivitas fisik siswa Laki-laki ditemukan lebih tinggi dibandingkan dengan siswa Perempuan dan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum aktivitas fisik siswa masih dalam angka rendah.

Begitupun dengan siswa sekolah dasar yang mempunyai dunia bermain yang diduga lebih aktif dibandingkan anak siswa SMA dan aktivitas fisik laki-laki

dan perempuan yang diduga berbeda, Maka dari itu penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Level Aktivitas Fisik Siswa SD dalam Perspektif Gender”.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Sebelum peneliti menetapkan rumusan masalah, maka peneliti mengidentifikasi berbagai masalah terlebih dahulu, antara lain:

1. Kawasan padat penduduk memiliki area terbatas sehingga rendahnya aktivitas fisik
2. Fasilitas di Kawasan padat penduduk yang kurang memadai
3. Belum diketahui aktivitas fisik siswa sekolah dasar yang berada di Kawasan padat penduduk
4. Belum diketahui aktivitas fisik siswa laki-laki yang berada di Kawasan padat penduduk
5. Belum diketahui aktivitas fisik siswa perempuan yang berada di Kawasan padat penduduk

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi ini, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, antara lain:

1. Bagaimana level aktivitas fisik pada siswa perempuan di kawasan padat penduduk?
2. Bagaimana level aktivitas fisik pada siswa laki-laki di kawasan padat penduduk?
3. Apakah terdapat perbedaan level aktivitas fisik antara siswa laki-laki dan perempuan di kawasan padat penduduk?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah peneliti paparkan diatas, Tujuan Penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui level aktivitas fisik siswa perempuan di kawasan padat penduduk.
2. Mengetahui level aktivitas fisik siswa laki-laki di kawasan padat penduduk.
3. Mengetahui level aktivitas fisik siswa laki-laki dan perempuan di kawasan padat penduduk.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat dari Secara Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi para peneliti selanjutnya dan memberikan pengetahuan baru mengenai gambaran yang jelas dari hasil aktivitas fisik siswa SD dalam perspektif gender.

### **1.4.2 Manfaat dari Segi Kebijakan**

Manfaat kebijakan dari peneliti ini yaitu dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi SD Negeri yang berada di kawasan padat penduduk di Astana Anyar mengenai pentingnya melakukan aktivitas fisik sehari-hari agar bisa memelihara tubuh tetap bugar.

### **1.4.3 Manfaat dari Secara Praktis**

- 1) Bagi peneliti yaitu dapat menambah wawasan pengetahuan serta informasi baru mengenai level aktivitas fisik siswa SD dalam perspektif gender
- 2) Bagi guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu diharapkan sebagai bahan masukan berharga dalam upaya pengembangan terhadap aktivitas fisik pada siswa SD dalam perspektif gender
- 3) Bagi siswa yaitu diharapkan siswa dapat lebih mengetahui pentingnya akan melakukan aktivitas fisik dalam kehidupan sehari – hari agar bisa memelihara tubuh tetap bugar.
- 4) Bagi Sekolah yaitu diharapkan dapat memberikan informasi mengenai perilaku hidup sehat dan meningkatkan latihan untuk mendapatkan kebugaran jasmani.

### **1.4.4 Manfaat dari Segi Isu Aksi Sosial**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi alat untuk memberikan informasi kepada masyarakat dan siswa di kawasan padat penduduk di daerah Astana Anyar bahwa pentingnya melakukan aktivitas fisik sehari-hari agar bisa memelihara tubuh tetap bugar.

## **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Dalam upaya memudahkan penyusunan struktur organisasi skripsi, penulis menyesuaikan dengan yang ada di dalam Karya Tulis Ilmiah (KTI) UPI tahun 2019, yaitu:

### **1.5.1 BAB I Pendahuluan**

Bab ini membahas tentang kekosongan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan level aktivitas siswa sd dalam perspektif gender dan penulis melihat berbagai permasalahan yang timbul. Terdapat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi

### **1.5.2 BAB II Kajian Pustaka**

Bab ini membahas tentang temuan-temuan yang didapatkan ketika melakukan penelitian, kemudian dibahas serta dianalisis datanya sesuai dengan teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian.

### **1.5.3 BAB III Metodologi Penelitian**

Bab ini membahas tentang deskriptif mengenai lokasi, populasi dan sampel penelitian, metode penelitian, prosedur penelitian, variabel penelitian, instrument penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

### **1.5.4 BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Bab ini membahas tentang temuan-temuan yang didapatkan ketika melakukan penelitian, kemudian dibahas serta dianalisis datanya sesuai dengan teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian.

### **1.5.5 BAB V Kesimpulan dan Saran**

Bab ini membahas tentang hasil akhir penelitian dan berupa kesimpulan tentang level aktivitas fisik siswa SD dalam perspektif gender.