

Perbedaan Kebugaran Jasmani Berdasarkan Status Sosial Pada Peserta Didik Sekolah Dasar Kelas 3

Tiara¹, Haura Athaya², Y. Touvan Juni Samodra³

¹²³⁴⁵ Program Studi Pendidikan Kependidikan Olahraga, Universitas Tanjungpura

f1251221018@student.untan.ac.id¹, f1251191025@student.untan.ac.id², tovan@fkip.untan.ac.id³

Article Info

History Articles

Received : 23 November 2024
Accepted : 30 November 2024
Published : 30 November 2024

Kata Kunci

Kebugaran jasmani; Status Sosial; Peserta didik

Keywords

Physical fitness;
Socioeconomic Status;
Students

Abstrak

Kondisi sosial ekonomi orang tua peserta didik beragam, perbedaan tersebut mempengaruhi fasilitas pendidikan, asupan makanan, perkembangan anak, dan kebugaran jasmani peserta didik, kebugaran jasmani yang baik dapat meningkatkan prestasi belajar. Penelitian ini bertujuan membandingkan kebugaran jasmani berdasarkan status sosial peserta didik, harapannya meningkatkan kebugaran jasmani semua status sosial. Penelitian deskriptif kuantitatif, dengan sampel siswa kelas III SDN 16 Rasau Jaya dan SD Mujahidin, sampel sebanyak 40 orang terdiri dari 20 orang setiap sekolah, menggunakan teknik sampling purposive. Dengan karakteristik penelitian yaitu siswa kelas III, dan usia 6-9 tahun. Pengumpulan data menggunakan teknik tes pengukuran Teknik Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Hasil penelitian menunjukkan SD Mujahidin memiliki kebugaran jasmani dengan kategori baik 10%, sedang 60%, kurang 30%, sedangkan SDN 16 Rasau Jaya memiliki kategori sedang 70%, dan kurang 30%. SD Mujahidin memiliki kebugaran jasmani lebih baik dibandingkan SDN 16 Rasau Jaya, sehingga adanya perbedaan kebugaran jasmani SD Mujahidin dan SDN 16 Rasau Jaya. Perbedaan dilihat dari 10% SD Mujahidin memiliki kategori baik, dengan fasilitas memadai, guru olahraga, dan status sosial ekonomi menengah ke atas. Sebaliknya, SDN 16 Rasau Jaya tidak memiliki siswa dengan kategori baik, disebabkan fasilitas yang kurang memadai, tidak adanya guru olahraga, dan status sosial ekonomi menengah

Abstract

The socio-economic conditions of students' parents vary, these differences affect educational facilities, food intake, child development, and students' physical fitness. Good physical fitness can improve learning achievement. This research aims to compare physical fitness based on students' social status, with the hope of increasing the physical fitness of all social statuses. Quantitative descriptive research, with a sample of class III students at SDN 16 Rasau Jaya and SD Mujahidin, a sample of 40 people consisting of 20 people from each school, using purposive sampling techniques. With research characteristics, namely class III students, and aged 6-9 years. Data collection uses the Indonesian Physical Fitness Technique (TKJI) measurement test technique. The research results show that SD Mujahidin has physical fitness in the good category of 10%, moderate 60%, poor 30%, while SDN 16 Rasau Jaya has the moderate category of 70%, and poor 30%. SD Mujahidin has better physical fitness than SDN 16 Rasau Jaya, so there is a difference in the physical fitness of SD Mujahidin and SDN 16 Rasau Jaya. The difference can be seen from 10% of Mujahidin Elementary School being in the good category, with adequate facilities, sports teachers, and middle to upper socio-economic status. On the other hand, SDN 16 Rasau Jaya does not have students in the good category, due to inadequate facilities, no sports teacher, and middle socio-economic status

Alamat korespondensi :

Alamat : Gang Usaha, Jalan Sepakat II, Kota Pontianak, 78124
E-mail : F1251221018@student.untan.ac.id / 085751215568

p-ISSN 2548-4885

e-ISSN 2548-706x

PENDAHULUAN

Kebugaran merupakan keadaan dimana seseorang melakukan pekerjaan fisik tapi tidak merasakan lelah yang berlebihan disaat melakukan aktivitas tersebut (Adhianto & Arief, 2023; Ghatsaghautsan et al., 2023). Kebugaran akan berpengaruh terhadap kinerja individu sehingga tubuh dapat beraktivitas efektif dengan bertenaga dan menciptakan kehidupan yang berkualitas (Mulyadi & Rifki, 2021). Tingkat kebugaran jasmani merupakan hal yang penting dimiliki semua orang agar menunjang aktivitas kehidupan sehari-hari, satu di antara aspeknya untuk memenuhi kebutuhan pada pengembangan biologis dari psikomotor organ-organ tubuh seseorang, dengan kebugaran jasmani yang baik maka seseorang akan memiliki kesehatan yang baik pula sedangkan orang yang sehat belum tentu bugar (Gumantan et al., 2020; Rohmah & Muhammad, 2021). Kebugaran jasmani diperoleh apabila seseorang latihan fisik secara rutin dan teratur (Adi, 2019). dan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti genetik, jenis kelamin, usia, komposisi tubuh, oleh karena itu, kebugaran jasmani digunakan sebagai alat ukur kesehatan (Eko Bagus Fahrizqi et al., 2020; Mahfud et al., 2020). Puncak umur kecepatan terjadi pada usia 20 tahun, kekuatan ada pada usia 30 tahun, dan daya tahan berlangsung pada umur 40 tahun (Muhammad, 2022). Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor dari luar yang mempengaruhi kondisi kebugaran jasmani seseorang. Namun sekarang ini banyak sekali yang tidak tahu bahwa kebugaran jasmani sangat penting (Erliana & Hartoto, 2019). Seorang siswa diharapkan memiliki kebugaran jasmani dan aktivitas fisik yang baik karena siswa masih mendapatkan bimbingan dari guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) (Rohmah & Muhammad, 2021).

Masa perkembangan anak usia dini merupakan periode emas atau juga dikenal dengan golden age karena masa pertumbuhan dan perkembangan berkembang pesat (Sujianti, 2019). Menurut Piaget anak usia dini merupakan pikiran yang pra-operasional, dimana anak mampu menghubungkan, menilai, dan mempertimbangkan suatu peristiwa berkembang dengan sangat pesat (Ulfa & Na'imah, 2020). Penting untuk mengetahui perkembangan anak usia dini, karena perkembangan anak saat ini akan mempengaruhi kehidupannya dimasa depan (Khaironi, 2018). Faktor yang berperan penting adalah pemberian stimulasi dan pola asuh yang tepat melalui peran pengasuhan orang tua (Khamim Zarkasih Putro, 2021; Novita et al., 2023). guru dan lingkungan untuk menyiapkan upaya mengoptimalkan perkembangan tersebut (Priyoambodo & Suminar, 2021; Sulaiman et al., 2019). Faktor dan aspek utama perkembangan anak usia dini meliputi faktor genetik, faktor lingkungan, kondisi kehamilan, komplikasi kelahiran, pemenuhan nutrisi (Mayar & Astuti, 2021). perawatan kesehatan, kerentanan terhadap penyakit, dan perilaku pemberian stimulus. Sedangkan, dalam aspek-aspek yang mempengaruhi perkembangan anak usia dini berisikan tentang kepribadian, sosial moral, bahasa, dan kesadaran beragama (Isnainia & Na'imah, 2020; Sukatin, Mutaqin, Astuti, Widyaningsih, 2023; Talango, 2020). di sisi lain seiring pengembangan zaman dengan kemajuan teknologi yang pesat dalam waktu yang lama pada saat

menggunakannya dapat menimbulkan resiko sebagai gangguan kesehatan (Yasrial et al., 2021). Melalui peningkatan kebugaran jasmani untuk menunjang kesehatan serta keberhasilan proses pembelajaran yang efektif dan optimal pada peserta didik (Sholihah, RofI'ah Nurush, 2021).

Kesehatan pada anak usia dini pemberian asupan makanan serta gizi yang cukup berperan penting untuk organ-organ otak agar tumbuh kembang lancar dan anak terhindar dari penyakit, di negara berkembang kekurangan dan kelebihan gizi (kegemukan) terjadi secara bersamaan. Berdasarkan data riskesdas 2018 yang di perbarui 5 tahun sekali, status gizi di indonesia anak umur 5 - 12 tahun yang mengalami kekurangan berat badan sebesar 2,4% dan 9,2% mengalami kegemukan (Ernawati et al., 2019). Kurangnya gizi dan kelebihan berat badan sering kali menyebabkan gangguan kesehatan (Walukow et al., 2021).

Kondisi sosial ekonomi orang tua peserta didik beragam dari menengah ke atas, menengah, dan menengah kebawah, tingkat sosial ekonomi peserta didik sangat berpengaruh dalam upaya meningkatkan kebugaran jasmani (Garzia et al., 2019). Dari perbedaan secara materi tersebut mempengaruhi fasilitas, pendidikan, asupan makanan, gizi dan perkembangan anak, berpengaruh pada kesegaran jasmani dan prestasi belajar anak. Jika pada saat proses pembelajaran kondisi peserta didik dalam keadaan yang tidak sehat maka penerapan ilmu akan tidak maksimal (Alfiah & Setiyabudi, 2020). Status sosial ekonomi orang tua peserta didik dari kedua sekolah berdasarkan dari data yang di ambil melalui wawancara dan observasi dengan pertanyaan pengeluaran dan pekerjaan orang tua yakni tinggi dan menengah di sekolah dasar swasta Mujahidin dan SDN 16 Rasau Jaya, kalangan menengah atas memiliki pengeluaran bulanan 5-7 juta sedangkan pada kalangan menengah memiliki pengeluaran bulanan yang lebih sedikit sekitar 3-5 juta. SD Mujahidin merupakan salah satu sekolah swasta yang cukup besar di kota Pontianak, dengan fasilitas yang memadai dan guru olahraga yang cukup serta status sosial orang tua yang menengah ke atas, sedangkan dari SD Negeri Rasau Jaya dengan fasilitas kurang memadai dan guru olahraga yang sudah tidak ada, serta status sosial orang tua kelas menengah. Sehingga adanya perbedaan kebugaran jamani antara kedua sekolah tersebut. Kebugaran jasmani yang baik dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Maka dari itu peneliti bertujuan membandingkan kebugaran jasmani bedasarkan status sosial peserta didik, harapannya agar dapat meningkatkan kebugaran jasmani di semua kalangan status sosial.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu survei wawancara dan observasi kuantitatif. Desain penelitian ini adalah membandingkan tingkat kebugaran jasmani di kalangan sosial yang berbeda. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang menjelaskan atau menunjukkan sebuah kejadian yang berlangsung saat penelitian di lakukan (Wikanjaya et al., 2022). Populasi yang

digunakan adalah peserta didik sekolah dasar kelas rendah III golongan sekolah swasta ternama dan sekolah negri di sekolah kota SD mujahidin dan SDN 16 rasau jaya dengan status sosial yang berbeda, dengan 40 peserta, 20 orang masing-masing sekolah. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik Sampling Purposive yaitu teknik penentuan sampel dengan karakteristik tertentu. berikut karakteristik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Laki-laki dan perempuan.
- 2) Usia 6 – 9 tahun.
- 3) SDN 16 Rasau Jaya.
- 4) SD Mujahidin kota pontianak
- 5) Peserta didik kelas III.
- 6) Status sosial orang tua kalangan menengah atas dan menengah
- 7) Indeks Masa Tubuh NORMAL (laki-laki 18-25 kg/m², dan perempuan 17-23 kg/m²)

Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara mengumpulkan informasi dengan cara menyusun beberapa pertanyaan pada sampel dari sebuah populasi untuk mengambil data variabel identitas peserta didik dan status sosial ekonomi orang tua, menggunakan tes melalui pengukuran Teknik kebugaran jasmani Indonesia (TKJI) umur 6 – 9 tahun yang berbentuk beberapa butir tes yaitu vertical jump dengan menggunakan dinding, penggaris kayu dan kapur, sit up dengan menggunakan stopwatch, gantung tekuk siku (pull-up) dengan menggunakan pull-up bar, lari sprint 30 meter dan lari 600 meter stopwatch menggunakan langkah-langkah untuk melakukan setiap butir tes sebagai berikut : 1) Lari cepat 30 meter (*sprint*), 2) Tes baring duduk (*Sit Up*). 3) Tes Angkat tekuk siku (*pull-up*), 4) Tes loncat tegak (Vertikal Jump), 5) Lari 600 meter putra/putri 600 meter.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini tentang kebugaran jasmani peserta didik kelas III sekolah dasar di Mujahidin dan SDN 16 Rasau Jaya menggunakan tes kebugaran jasmani indonesia dari departemen Pendidikan nasional pusat kebugaran jasmani dan rekreasi kelompok umur 6 – 9 tahun yang memiliki lima rangkaian butir tes yaitu : lari (30 meter putra dan putri), gantung siku dan tekuk siku 30 detik, loncat tegak, baring duduk 30 detik dan lari 600 meter. Sakala pada penelitian ini adalah Skala rasio yang memiliki karakteristik data pengukuran dan tes ditambah adanya nilai nol yang bersifat mutlak. Pada penelitian yang dilaksanakan pada peserta didik di sekolah dasar Mujahidin dan SDN 16 rasau jaya dengan 40 peserta didik yang menjadi sampel sesuai ketentuan yang di gunakan pada tes kebugaran jasmani dengan IMT dan status sosial orang tua. Penelitian di mulai dari tanggal 2 – 5 mei 2023. Penjelasan data dengan deskriptif dan data statistik kuantitatif, ini dimaksud untuk mempermudah dalam memahami hasil akhir penelitian.

Tabel 1. Hasil Tes Kebugaran Jasmani Sekolah Dasar Mujahidin kelas III.

No	Nilai	Klasifikasi	Frekuensi	Presentase
1	22 - 25	Baik Sekali	0	0 %
2	18 - 21	Baik	2	10 %
3	14 – 17	Sedang	12	60 %
4	10 – 13	Kurang	6	30 %
5	5 - 9	Kurang sekali	0	0 %
		Jumlah	20	100 %

Berdasarkan data hasil pada tabel 1 diketahui hasil deskriptif presentase pada tes kebugaran jasmani indonesia peserta didik Mujahidin terdapat 2 siswa berada pada kategori baik dengan presentase 10% dimana daya tahan fisik yang dilakukan pada peserta didik tidak merasa kelelahan yang berlebihan saat melakukan tes kebugaran jasmani dan mampu melakukan tes dengan baik, selanjutnya terdapat 12 siswa berada pada kategori sedang dengan presentase 60% pada saat melakukan tes kebugaran jasmani peserta didik mampu melakukan tes dengan pencapaian target yang tidak kurang dan tidak mengalami kelelahan berlebihan, dan juga terdapat 6 siswa berada pada kategori kurang dengan presentase 30% tidak dapat mencapain target pada tes kebugaran jasmani karena mengalami kelelahan yang berlebihan. Berdasarkan hasil tersebut sehingga menunjukan tingkat kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar Mujahidin kelas III berada dalam kategori sedang.

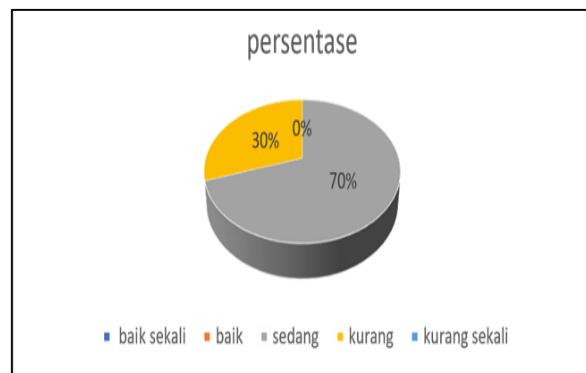


Gambar 1. Garfik Persentase Hasil Tingkat Kebugaran Jasmani SD mujahidin

Tabel 2. Hasil Tes Kebugaran Jasmani Sekolah Dasar Negeri 16 Rasau Jaya kelas III.

No	Nilai	Klasifikasi	Frekuensi	Presentase
1	22 - 25	Baik Sekali	0	0 %
2	18 - 21	Baik	0	0 %
3	14 – 17	Sedang	14	70 %
4	10 – 13	Kurang	6	30 %
5	5 - 9	Kurang sekali	0	0 %
		Jumlah	20	100 %

Berdasarkan data hasil pada tabel 4.2 diketahui hasil deskriptif presentase pada tes kebugaran jasmani indonesia peserta didik sekolah dasar negeri 16 rasau jaya terdapat 14 siswa berada pada kategori sedang dengan presentase 70% pada saat melakukan tes kebugaran jasmani peserta didik mampu melakukan tes dengan pencapaian target dan mengalami kelelahan yang berlebihan, selanjutnya terdapat 6 siswa berada pada kategori kurang dengan presentase 30% tidak dapat melakukan tes dengan benar dan terjadi kelelahan yang berkebihan saat melakukan tes kebugaran jasmani. Berdasarkan hasil tersebut sehingga menunjukkan tingkat kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar Negeri 16 Rasau Jaya kelas III berada dalam kategori sedang.



Gambar 2. Garfik Persentase Hasil Tingkat Kebugaran Jasmani SDN 16 Rasau Jaya

Uji normalitas digunakan dengan tujuan untuk menilai data tersebut terdistribusi normal atau tidak. Dalam uji normalitas, penelitian menggunakan data tes TKJI pada peserta didik dengan perbedaan setiap rangkaian tes dengan terpisah. Penelitian melakukan uji normalitas dengan aplikasi SPSS statistic. Ditampilkan pada tabel berikut :

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Tes kebugaran jasmani Indonesia

Kolmorov-Smirnov ^a				Shapiro-Wilk			
Sekolah	Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig	
Kelas III Mujahidin	.143	20	.200	.939	20	.227	
Kelas III SDn 16 Rasau Jaya	.194	20	.047	.852	20	.006	

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat dalam uji Kolmogorovsmirnov bahwa kebugaran jasmani pada peserta didik sekolah dasar Mujahidin dan sekolah dasar Negeri 16 Rasau Jaya memiliki sig. yaitu 0.200 dan 0.47 yang lebih dari 0.05, atau mujahidin $0.200 > 0.05$ dan SDN 16 rasau jaya $0.47 > 0.05$. sehingga dapat di simpulkan bahwa kebugaran jasmani pada data berdistribusi normal pada taraf signifikan 0.05.

Setelah mengetahui bahwa sampel dari populasi berdistribusi normal dan tidak normal, Langkah selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas. Hasil dari homogenitas untuk tes kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar kelas bawah sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Homogenitas Tes Kebugaran Jasmani Indonesia

		Test of Homogeneity of Variances			
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Kelas III	Based on Mean	1.637	1	38	.208
	Based on Median	.917	1	38	.344
	Based on Median and with adjusted df	.917	1	36.33 9	.345
	Based on trimmed mean	1.358	1	38	.251

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat dalam uji Kolmogorovsmirnov bahwa peserta didik sekolah dasar Mujahidin dan sekolah dasar Negeri 16 Rasau Jaya memiliki sig. yaitu 0.251 yang lebih dari 0.05, atau $0.251 > 0.05$. sehingga dapat di simpulkan bahwa kebugaran jasmani pada norma tes kebugaran jasmani berdistribusi homogen pada taraf signifikan 0.05.

Setelah mengetahui sampel dari populasi berdistribusi normal dan homogen maka Langkah selanjutnya melakukan uji-t atau uji beda. Jika nilai sig. (2-tailed) < 0.05 , maka terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar mujahidin dan sdn 16 rasau jaya, apabila sig. (2-tailed) > 0.05 , maka tidak terdapat perbedaan signifikan antara hasil tes kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar mujahidin dan sdn 16 rasau jaya. Hasil dari uji-t kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar sebagai berikut :

Tabel 5. Hasil Uji -T kebugaran jasmani Indonesia

Kelas III		Levene's test for equality of variances		t-test for equality of means			
		f	Sig.	t	df	Sig.(2-tailed)	
				0.622	36.289	0.538	
Mujahidin	SDN 16 rasau Jaya						

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat dalam uji Kolmogorovsmirnov sig. (2-tailed). Bahwa pada peserta didik sekolah dasar mujahidin dan sekolah dasar negeri 16 rasau jaya memiliki sig. (2-tailed) yaitu 0.538 yang lebih dari 0.05, atau $0.538 > 0.05$ sehingga dapat di simpulkan bahwa kebugaran jasmani pada data tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes norma kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar Mujahidin dan SDN 16 Rasau Jaya.

Penelitian dilaksanakan di dua sekolah yaitu SD Mujahidin yang lokasinya di jln. Jend ahmad yani komp. Masjid Raya Mujahidin Pontianak dan SDN 16 Rasau Jaya yang berada di jalan skunder c. Penelitian ini menggunakan beberapa rangkain tes seperti sprint 30 meter, lari 600 meter,

vertical jump, pull up, dan sit up. Kedua sekolah tersebut merupakan sekolah yang berada di kota dan di desa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kebugaran jasmani pada peserta didik sekolah dasar berdasarkan status sosial orang tua. Hasil penelitian dari SD Mujahidin menunjukkan terdapat 2 orang berada pada klasifikasi baik dengan jumlah persentase sebesar 10%, 12 orang dengan klasifikasi sedang dengan persentase sebesar 60%, dan terdapat 6 orang dengan klasifikasi kurang dengan jumlah 30%, sedangkan di SD Rasau Jaya menunjukkan 14 orang berada di klasifikasi sedang dengan jumlah 70%, dan 6 orang berada di klasifikasi kurang dengan jumlah 30%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa Kebugaran jasmani adalah aspek fisik yang membantu seseorang menjalankan hidup yang lebih produktif karena kebugaran tersebut tubuh tidak akan mengalami lelah yang berlebihan (Rizqullah et al., 2023). Siswa sekolah dasar mempunyai aktivitas yang tinggi di kehidupan sehari-hari sehingga kebugaran jasmani sangat bermanfaat, kebugaran jasmani di usia anak sekolah dasar sangat memberikan dukungan terhadap perkembangan anak sehingga di butuhkan kebugaran jasmani yang baik agar kondisi fisik anak tetap stabil dan terjaga (Rivai et al., 2022). Kebugaran jasmani merupakan salah satu komponen kondisi fisik sehingga jika di lakukan latihan dari sejak usia SD maka akan lebih baik untuk pencapaian prestasi kedepannya (Aprilianto & Fahrizqi, 2020). Status sosial orang tua juga faktor lingkungan yang mempengaruhi kebugaran jasmani dimana seorang berada dalam lingkungan keluarga yang cukup lama, hal ini dapat berhubungan dengan lingkungan dan kemampuan fisik serta sosial ekonomi, dimana semakin tinggi status sosial ekonomi orang tua maka semakin tinggi prestasi dan minat belajar siswa (Syamsuriana et al., 2022).

Hasil penelitian dari SD Mujahidin menunjukkan terdapat 2 orang berada pada klasifikasi baik dengan jumlah persentase sebesar 10 %, 12 orang dengan klasifikasi sedang dengan persentase sebesar 60 %, dan terdapat 6 orang dengan klasifikasi kurang dengan jumlah 30 %, sedangkan di SD Rasau Jaya menunjukkan 14 orang berada di klasifikasi sedang dengan jumlah 70 %, dan 6 orang berada di klasifikasi kurang dengan jumlah 30%. Hasil kajian yang relevan yang telah di lakukan sebelumnya di SDN 67 Palembang tahun ajaran 2019/2020 menunjukkan hasil 74% dengan kategori kurang, 24% kategori sedang, dan 2% di kategorikan sangat kurang berdasarkan hasil tersebut dapat di simpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa masih termasuk kategori rendah (Pratiwi et al., 2020).

Kebugaran jasmani dipengaruhi oleh faktor lingkungan, gizi, dan pengetahuan (Fadilah & Ekyanti, 2023), selain itu guru olahraga juga berperan penting dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa, apalagi bila sarana dan prasarana yang memadai (Faishal Arindra Yahya et al., 2023). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Sekolah Dasar bertujuan untuk

mengembangkan jasmani, mental, dan emosional guna mencapai hidup sehat (Sastro Desmianto Ginting, 2022). Penelitian pada SDN 16 Rasau Jaya dan SD Mujahidin menunjukkan perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa. SDN 16 Rasau Jaya memiliki fasilitas terbatas, status sosial ekonomi menengah ke bawah, asupan gizi kurang optimal, dan tidak memiliki guru olahraga, sehingga tingkat kebugaran jasmaninya rendah. Sebaliknya, SD Mujahidin memiliki fasilitas memadai, status sosial ekonomi menengah ke atas, asupan gizi terpenuhi, dan guru olahraga, sehingga kebugaran jasmani siswa lebih baik.

Kebugaran jasmani penting bagi setiap orang apalagi pada masa sekolah dasar karena dalam masa pertumbuhan(Septihana et al., 2023). Setiap orang berhak untuk menignkatkan kebugaran jasmani dari yang buruk sampai menjadi baik karena dengan bagusnya kebugaran jasmani maka individu dapat menerima pelajaran dengan baik, baik secara akademik maupun non akademik (Fitriady et al., 2020) Berdasarkan beberapa peneltian diatas bahwa keburan jasmani sangat penting untuk di miliki setiap orang guna menghasilaka hal-hal yang positif. Setelah melakukan penelitian kebugaran jasmani di SDN 16 Rasau Jaya dan SD Mujahidin terdapat perbedaan menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa SD Mujahidin lebih baik dibandingkan siswa SDN 16 Rasau Jaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dan hasil pembahasan yang telah di lakukan di atas maka dapat di simpulkan SD Mujahidin memiliki kebugaran jasmani yang lebih baik dari SDN 16 Rasau Jaya. Adanya perbedaan tingkat kebugaran jasmani pada peserta didik kelas bawah di lihat dari klasifikasi terdapat 2 siswa SD Mujahidin yang memiliki kategori baik (10%) dengan fasilitas yang memadai dan guru olahraga yang cukup serta status sosial orang tua yang menengah ke atas, sedangkan dari SDN Rasau Jaya tidak ada yang memiliki klasifikasi yang baik dengan fasilitas yang kurang memadai dan guru olahraga yang sudah tidak ada serta status sosial orang tua kelas menengah, sehingga adanya perbedaan kebugaran jasmani antara SD Mujahidin dan SDN 16 Rasau Jaya, pada Tingkat kebugaran jasmani peserta didik kelas bawah di kalangan sosial ekonomi atas dan menengah di antaranya memiliki kesetaraan pada klasifikasi kategori sedang dengan tes tingkat kebugaran jasmani.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada peserta didik SD Mujahidin dan SDN 16 Rasau Jaya yang telah bersedia menjadi sampel pada penelitiam ini dan peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak sekolah SD Mujahidin dan SDN 16 Rasau Jaya memberikan ijin pada peneliti untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut, peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhianto, K. G., & Arief, N. A. (2023). HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA. *Jambura Journal Of Sports Coaching*, 5(2). <Https://Doi.Org/10.37311/Jjsc.V5i2.20978>
- Adi, B. S. (2019). Meningkatkan Kebugaran Jasmani Anak SD Melalui Latihan Kebugaran Aerobik. *Dosen Jurusan FIP UNY*.
- Alfiah, S. N., & Setiyabudi, R. (2020). HUBUNGAN POLA ASUH PEMBERIAN MAKAN DAN STATUS EKONOMI DENGAN KEJADIAN BALITA PENDEK. *Human Care Journal*, 5(3). <Https://Doi.Org/10.32883/Hcj.V5i3.767>
- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). TINGKAT KEBUGARAN JASMANI ANGGOTA UKM FUTSAL UNIVERSITAS TEKNOKRAT INDONESIA. *Journal Of Physical Education*, 1(1). <Https://Doi.Org/10.33365/Joupe.V1i1.122>
- Eko Bagus Fahrizqi, Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Olahraga Selama. *TINGKAT KEBUGARAN JASMANI MAHASISWA OLAHRAGA SELAMA NEW NORMAL PANDEMI COVID-19*, 0383.
- Erliana, E., & Hartoto, S. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2).
- Ernawati, F., Pusparini, P., Arifin, A. Y., & Prihatini, M. (2019). HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DENGAN STATUS GIZI ANAK USIA 6 BULAN-12 TAHUN DI INDONESIA. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal Of Nutrition And Food Research)*, 42(1). <Https://Doi.Org/10.22435/Pgm.V42i1.2420>
- Fadilah, M. N., & Ekyanti, I. (2023). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Sayur Dan Buah, Serta Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Dan Kebugaran Jasmani Siswa SDN 1 Cijeungjing. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(2). <Https://Doi.Org/10.25182/Jigd.2023.2.2.117-124>
- Faishal Arindra Yahya, Agustanico Dwi Muryadi, & Satrio Sakti Rumpoko. (2023). SURVEI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI (TKJI) SISWA SD NEGERI 1 CONTO BULUKERTO WONOGIRI TAHUN 2022. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 9(1). <Https://Doi.Org/10.36728/Jip.V9i1.2244>
- Fitriady, G., Sugiyanto, & Sugiarto, T. (2020). Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(2).
- Garzia, M., Yufiarti, Y., & Hartati, S. (2019). Perbedaan Kesiapan Sekolah Anak Usia Dini Di Daerah Pesisir Ditinjau Dari Status Ekonomi Orang Tua Dan Parenting. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2). <Https://Doi.Org/10.31004/Obsesi.V3i2.239>
- Ghatsaghautsan, A., Kurniawan, F., & Siswanto. (2023). Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswa Ekstrakulikuler Olahraga Di SMP Negeri. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(1).
- Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2020). Pengembangan Aplikasi Pengukuran Tes Kebugaran Jasmani Berbasis Android. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(2).
- Isnainia, & Na'imah. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(2). <Https://Doi.Org/10.33222/Pelitapaud.V4i2.968>
- Khaironi, M. (2018). Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01). <Https://Doi.Org/10.29408/Goldenage.V2i01.739>
- Khamim Zarkasih Putro, M. J. (2021). PENGARUH FAKTOR GENETIK PADA PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI. *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2).

- Https://Doi.Org/10.22373/Bunayya.V7i2.10425
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Nugroho, R. A. (2020). PELATIHAN PEMBINAAN KEBUGARAN JASMANI PESERTA EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA. *Wahana Dedikasi : Jurnal Pkm Ilmu Kependidikan*, 3(1). Https://Doi.Org/10.31851/Dedikasi.V3i1.5374
- Mayar, F., & Astuti, Y. (2021). Peran Gizi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3).
- Muhammad, J. (2022). PERKEMBANGAN KEBUGARAN FISIK ORANG DEWASA MUDA DITINJAU DARI JENIS KELAMIN. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 4(1). Https://Doi.Org/10.24114/So.V4i1.17692
- Mulyadi, A., & Rifki, M. S. (2021). Pengaruh Senam Terhadap Kebugaran Jasmani Lansia. *JURNAL STAMINA*.
- Novita, D., Amirullah, & Ruslan. (2023). Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Perkembangan Anak Usia Dini Di Desa Air Pinang Kecamatan Simeulue Timur. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kawarganegaraan Unsyiah*, 1(1).
- Priyoambodo, G. A. E., & Suminar, D. R. (2021). Hubungan Screen Time Dan Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini : A Literature Review. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF : Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 2(5). Https://Doi.Org/10.36418/Syntax-Imperatif.V2i5.119
- Rivai, T. M., Nugraheni, W., & ... (2022). Kebugaran Jasmani Dan Self-Regulated Learning: Kondisi Siswa Sekolah Dasar Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru. *Jurnal Educatio FKIP* ..., 8(4).
- Rizqullah, M. A., Emral, E., Rosmawati, R., & Wulandari, I. (2023). Tinjauan Kebugaran Jasmani Siswa SMP Islam Raudatul Jannah. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 6(6).
- Rohmah, L., & Muhammad, H. N. (2021). Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Aktivitas Fisik Siswa Sekolah. *Jurnal Universitas Negeri Surabaya*, 09(01).
- Sastro Desmianto Ginting. (2022). TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN MOTIVASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI DI DESA BAYAT KECAMATAN BELANTIKAN RAYA. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 7(2). Https://Doi.Org/10.36526/Kejaora.V7i2.2155
- Septihana, S. A., Suwirman, Rormawati, & Sari, D. N. (2023). Tinjauan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 29 Batang Anai. *Jurnal JPDO*, 6(7).
- Sholihah, Roffi'ah Nurush, P. I. (2021). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Anak Usia 6-9 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri Peleman 2 Kecamatan Gemolong Pada Masa Pandemi. *Journal Information*, 10(3).
- Sujianti. (2019). Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Prasekolah Yang Menggunakan Gadget Di TK Islam Al Irsyad 01 Cilacap. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1).
- Sukatin, Mutaqin, Astuti, Widyaningsih, P. (2023). Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini (Raudhatul Athfal). *Bandung: Remaja Rosda Karya*, 1(3).
- Sulaiman, U., Ardianti, N., & Selviana, S. (2019). TINGKAT PENCAPAIAN PADA ASPEK PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN BERDASARKAN STRANDAR NASIONAL PENDIDIKAN ANAK USIA DINI. *NANAEEK: Indonesian Journal Of Early Childhood Education*, 2(1). Https://Doi.Org/10.24252/Nananeke.V2i1.9385
- Syamsuriana, N., Anggerwati, A. I., & Hikma, N. (2022). Status Sosial Ekonomi Orang Tua Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *YUME : Journal Of Management*, 5(3).

<Https://Doi.Org/10.2568/Yum.V5i3.3067>

- Talango, S. R. (2020). KONSEP PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI. *Early Childhood Islamic Education Journal*, 1(1). <Https://Doi.Org/10.54045/Ecie.V1i1.35>
- Ulfa, M., & Na'imah, N. (2020). Peran Keluarga Dalam Konsep Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini. *Aulad : Journal On Early Childhood*, 3(1). <Https://Doi.Org/10.31004/Aulad.V3i1.45>
- Walukow, R. A. S., Rumampuk, J., & Lintong, F. (2021). Pengaruh Latihan Sit-Up Terhadap Persentase Lemak Tubuh. *JURNAL BIOMEDIK (JBM)*, 13(3). <Https://Doi.Org/10.35790/Jbm.13.3.2021.31727>
- Wikanjaya, I. K., Yoda, I. K., & Tisna, G. D. (2022). Tingkat Partisipasi Siswa SMA Melakukan Aktivitas Olahraga Di Luar Jam Mata Pelajaran Penjaskes (Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan). *Indonesian Journal Of Sport & Tourism*, 4(1). <Https://Doi.Org/10.23887/Ijst.V4i1.45026>
- Yasrial, I. N. H., Ilmiawati, C., Irawati, L., & Afriwardi, A. (2021). Hubungan Tebal Lemak Bawah Kulit Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswa Sekolah Dasar Di Daerah Rural Kota Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(1). <Https://Doi.Org/10.25077/Jikesi.V2i1.356>