

Studi Komparatif Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Daerah Pedesaan dengan Perkotaan

Ipaz Pazrudin¹, Dian Budiana², Wulandari Putri³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Indonesia, Jawa Barat, Indonesia

Jl. Dr. Setiabudhi No. 229 Bandung 40154

Email: ipazpazrudin@upi.edu

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Daerah Pedesaan dengan Perkotaan. Penelitian ini merupakan studi komparatif yang menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan data berupa tes. Dalam penelitian ini melibatkan 2 sekolah yaitu pada daerah pedesaan di SDN Sumurugul, sedangkan perkotaan di SDPN 252 Setiabudhi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling sehingga didapatkan hasil dengan jumlah sampel 95 siswa, yang terdiri dari kelas V dan VI dengan rentang usia 10-12 tahun, sehat secara jasmani dan rohani instrumen Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) fase C (Kemendikbud, 2023). Teknik analisis data menggunakan uji MannWhitney. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh rata-rata nilai rata-rata tingkat kebugaran jasmani nilai di pedesaan 15.10 sedangkan di perkotaan 13.95. Dari hasil penghitungan Uji Mann Whitney dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di daerah pedesaan dengan perkotaan, ini terlihat sig. 0.048 kurang dari 0.05. sehingga dapat disimpulkan H0 ditolak dan H1 diterima. Dengan demikian "terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di daerah pedesaan dengan perkotaan".

Kata kunci: Tingkat Kebugaran Jasmani

ABSTRACT

This research aims to determine the differences in physical fitness levels of elementary school students in rural and urban areas. This research is a comparative study that uses a survey method with data collection techniques in the form of tests. This research involved 2 schools, namely in the rural area at SDN Sumurugul, while in urban areas at SDPN 252 Setiabudhi. The sampling technique used was purposive sampling so that results were obtained with a sample size of 95 students, consisting of classes V and VI with an age range of 10-12 years, physically and spiritually healthy on the instrument of the Indonesian Student Fitness Test (TKSI) phase C (Kemendikbud, 2023). The data analysis technique uses the Mann-Whitney test. Based on the analysis of research results and discussions, the average physical fitness level score in rural areas was 15.10 while in urban areas it was 13.95. From the results of the Mann Whitney Test calculations in this study, it shows that there is a significant difference between the physical fitness levels of elementary school students in rural and urban areas, this can be seen sig. 0.048 is less than 0.05. so it can be concluded that H0 is rejected and H1 is accepted. Thus "there is a significant difference between the physical fitness levels of elementary school students in rural and urban areas".

Keywords: Physical Fitness Levels

PENDAHULUAN

Tingkat kebugaran jasmani mengacu pada kemampuan tubuh untuk melakukan pekerjaan fisik tanpa kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani yang baik menunjang aktivitas siswa terutama pada jam sekolah. Faktanya, kebugaran jasmani siswa masih belum memenuhi harapan. Berdasarkan survei National Physical Fitness Level Center (2018), 0% siswa SD, SMP, dan SMA menyatakan tingkat kebugaran jasmaninya sangat baik, dan 7% menyatakan baik, dan 93% berada pada kategori sedang bahkan buruk. Survei tersebut juga menyoroti bahwa kebugaran jasmani siswa masih jauh dari harapan.

Dengan kemajuan transportasi pada zaman ini, siswa lebih memilih untuk langsung berangkat ke sekolah dengan sepeda, angkutan umum, atau dijemput orang tua. Hal seperti ini sepertinya sudah bukan menjadi pemandangan yang jarang terjadi saat ini, terutama di perkotaan. Beberapa sekolah dipertanian juga memfasilitasi antar jemput siswa dengan menggunakan bis sekolah. Sekilas hal ini memudahkan siswa untuk bersekolah, namun juga mengurangi kesempatan siswa untuk melakukan aktivitas sepulang sekolah (Ningrum, 2018).

Sebaliknya, siswa di pedesaan harus berjalan jauh untuk sampai ke sekolah. Ada siswa yang harus berjalan kaki melewati sawah, menyeberangi sungai tanpa menggunakan jembatan, atau menempuh jalan terjal untuk sampai ke sekolah. Namun hal ini memberikan kesempatan yang lebih besar kepada siswa untuk menjalani gaya hidup aktif (Dwijayanti, 2016).

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk membandingkan tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar pedesaan dengan perkotaan. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar daerah pedesaan dengan perkotaan?”

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan Studi Komparatif. Menurut Arifin (2012) komparatif adalah perbandingan antara dua kelompok atau lebih dari suatu variabel tertentu.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 5 dan 6 yang bersekolah di SDPN 252 Setiabudhi dan SDN Sumurugul. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*. Sugiyono (2011) menjelaskan bahwa *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan sampel diambil dengan kriteria inklusi yaitu, siswa kelas 5 dan 6 yang berumur 10-12 tahun, bersedia mengikuti tes, dan sehat secara jasmani dan rohani.

Selanjutnya, perhitungan sampel dari populasi yang ada dengan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10%. Untuk menghitung penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu yang dikembangkan, menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan:

n= ukuran sampel/jumlah responden

N= ukuran populasi

e= persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir; e= 0,1 (10%)

Dengan menggunakan rumus tersebut maka didapatkan hasil sampel sebagai berikut:

Tabel 1. Sampel Penelitian

Nama Sekolah	Jumlah Sampel
SDPN 252 Setiabudhi	$n = \frac{170}{1 + 170(0,1^2)} = 63$
SDN Sumurugul	$n = \frac{30}{1 + 30(0,1^2)} = 23$
Jumlah	86 siswa

Jadi, jumlah minimal sampel dengan taraf kesalahan 10% dari seluruh populasi pada penelitian ini yaitu berjumlah 86 siswa. Terdapat 63 siswa yang menjadi sampel di SDPN 252 Setiabudhi dan 23 siswa di SDN Sumurugul.

Instrumen pada penelitian ini menggunakan Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) Fase C yang diambil dari (Kemdikbud, 2023). Analisis data apabila datanya normal maka akan digunakan statistik parametrik yaitu Independen sampel T-Test sedangkan apabila datanya tidak normal maka akan digunakan teknik statistik non parametrik yaitu Uji Mann Whitney.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Jumlah sampel penelitian ini berjumlah 95 siswa. Di daerah pedesaan berjumlah 30 siswa sedangkan di daerah perkotaan berjumlah 65 siswa. Dalam uji perbandingan terdapat prasyarat terlebih dahulu yaitu tes normalitas data. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang dianalisis normal atau tidak. Kemudian karena jumlah sampel lebih dari 30, maka uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Kolmogorov-Smirnov. Berikut hasil perhitungan normalitas Kolmogorov-Smirnov.

Tabel 2. Normalitas Data

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		
	statistik	df	sig
Tingkat Kebugaran Jasmani	0.128	95	0.001

Berdasarkan hasil tes normalitas di atas, dapat diketahui nilai signifikan pada tingkat kebugaran jasmani 0.001. Angka signifikansi atau probabilitas tersebut kurang dari 0.05. Maka pada penelitian ini menggunakan uji non-parametrik Uji Mann Whitney.

Tabel 3. Tingkat Kebugaran Jasmani Daerah Pedesaan

Variabel	N	Min	Max	Mean
Tingkat Kebugaran Jasmani Pedesaan	30	11	22	15.10

Berdasarkan tabel tersebut di peroleh nilai minimal sebesar 11, nilai maximal 22, dan nilai rata-rata (*mean*) 15.10. Dengan mendapat nilai rata-rata tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di daerah pedesaan pada kategori sedang.

Tabel 4. Tingkat Kebugaran Jasmani Daerah Perkotaan

Variabel	N	Min	Max	Mean
Tingkat Kebugaran Jasmani Perkotaan	65	11	18	13.95

Berdasarkan tabel tersebut di peroleh nilai minimal sebesar 11, nilai maximal 18, dan nilai rata-rata (*mean*) 13.95. Dengan mendapat nilai rata-rata tersebut dapat disimpulkan

bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di daerah pedesaan pada kategori cukup rendah.

Tabel 5. Uji Mann Whitney

Mann-Whitney U	733.000
Wilcoxon W	2878.000
Z	-1.975
Asymp. Sig. (2-tailed)	.048

Pada Tabel 4 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.048, nilai tersebut lebih kecil dari 0.05. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar daerah pedesaan dengan perkotaan.

Penelitian ini dilaksanakan di dua sekolah yaitu sekolah berada di daerah pedesaan yaitu di SDN Sumurugul dan daerah perkotaan di SDPN 252 Setiabudi. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) daerah tersebut telah teridentifikasi sebagai sekolah daerah pedesaan dan perkotaan. Diketahui nilai rata-rata di pedesaan 15.10 sedangkan di perkotaan 13.95.

Dari hasil penghitungan Uji Mann Whitney dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di daerah pedesaan dengan perkotaan, ini terlihat sig. 0.048 kurang dari 0.05. sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak. Dengan demikian “terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di daerah pedesaan dengan perkotaan”.

Pembahasan

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Saarullah, 2023) bahwa kebugaran jasmani siswa sekolah dasar lebih baik di pedesaan dibandingkan di perkotaan. Hal ini dikarenakan pelajar di perkotaan memiliki fasilitas yang baik dan lebih menyukai aktivitas yang tidak memerlukan aktivitas terlalu banyak. Berbeda dengan pelajar pedesaan yang dibatasi pada berbagai fasilitas dan harus mengutamakan kegiatan yang mencakup banyak kegiatan.

Sebelum kemajuan teknologi yang begitu pesat kegiatan siswa saat istirahat dipenuhi berbagai aktivitas permainan tradisional seperti kucing-kucingan, loncat tali, bebentengan, dan permainan-permainan yang lainnya (Anam et al., 2021)

Hal ini terjadi juga pada penelitian di kediri oleh (Dribilla, 2019). Terdapat beberapa siswa yang beraktivitas di lapangan seperti basket, sepak bola, atau aktivitas lainnya. Sebelum kemajuan teknologi yang begitu pesat kegiatan siswa saat istirahat dipenuhi berbagai aktivitas permainan tradisional seperti kucing-kucingan, loncat tali, bebentengan, dan permainan-permainan yang lainnya, berbeda dengan zaman sekarang para siswa lebih menggunakan waktu (Anam et al., 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di pedesaan dan perkotaan. Tingkat kebugaran jasmani siswa di pedesaan yaitu SDN Sumurugul lebih tinggi dibandingkan siswa di perkotaan yaitu SDPN 252 Setiabudi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alejos, H. (2017). Pemaparan Metode Penelitian Kuantitatif. *Universitas Nusantara PGRI Kediri, 01*, 1–7. <http://www.albayan.ae>
- Anam, K., Soegiyanto, S., Indardi, N., Baitul Mukarromah, S., Wahidi, R., Muhtarom, D., & Nurdiansyah, D. (2021). Penyuluhan Gaya Hidup Aktif bagi Anak Remaja sebagai Upaya Menghadapi Dampak Negatif Era Digital. *Jurnal ABDIMAS: MURI, 1*(1), 10–17. <https://doi.org/10.33222/jmuri.v1i1.1169>
- Arista, N., Mulyasari, I., & Pontang, G. S. (2018). *the Correlation Between Body Mass Index Based on Age and Waist Circumference With Physical Fitness in the Adolescents in Vocational High School Widya Praja Ungaran. 10*(24), 172–180. <http://ejournalnwu.unw.ac.id/index.php/JGK/article/view/31/26>
- Asri. (2019). Tinjauan Pustaka Kebugaran Jasmani. *Poltekes Denpasar, 8–25*. [http://eprints.uny.ac.id/9414/3/BAB 2 - 10604227208.pdf](http://eprints.uny.ac.id/9414/3/BAB%20-%2010604227208.pdf)
- Dwijayanti, K. (2016). Efektifitas Senam Ceria Anak Indonesia Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Serta Gaya Hidup Aktif Anak Sekolah Dasar Usia 7 Tahun. *Angewandte Chemie International Edition, 6*(11), 951–952., 13(4), 15–38.
- Farradika, Y., Umniyatun, Y., Nurmansyah, M. I., & Jannah, M. (2019). Perilaku Aktivitas Fisik dan Determinannya pada Mahasiswa Fakultas Ilmu - Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat), 4*(1), 134–142. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3548>
- Fitriady, G., Sugiyanto, & Sugiarto, T. (2020). Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia, 3*(2), 82–90. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jpj>
- Karlina, B. (2017). Pengaruh Manajaemen Fasilitas terhadap Mutu Layanan Diklat di Pusat Pengembangan dan Pemberdayaan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Bidang Mesin dan teknik Industri. *NASPA Journal, 42*(4), 1.
- Maulana, F. A., & Andrijanto, D. (2020). Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Antara Siswa

- Yang Memiliki Pola Tidur Baik Dan Siswa Yang Memiliki Pola Tidur Tidak Baik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 8(2), 19–22.
- Melati, S. (2020). *Perbandingan Tingkat Kesegaran Jasmani SD Negeri 004 Ranah Sungkai Kecamatan XIII Koto Kampar Dengan MI Negeri 03 Simpang Tiga Kota Pekanbaru*. <https://repository.uir.ac.id/11904/1/166610485.pdf>
- Ningrum, D., Setiadi, D. K., Faozi, A., & Rahman, A. A. (2018). Perbedaan Proporsi Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan Status Gizi pada Remaja Umur 13-15 Tahun. *SpoRTIVE*, 2014. <https://ejournal.upi.edu/index.php/SpoRTIVE/article/view/27531>
- Ninoy Yudhistya Sulistiyono. (2013). *Ninoy Yudhistya Sulistiyono, 2013 Gambaran Asupan Zat Gizi Dan Aktivitas Fisik Mahasiswa Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu* 19. *Repository.Upi.Edu*, 19–29.