

PERBANDINGAN STATUS GIZI DAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DI PEDESAAN DAN PERKOTAAN

1. **Viki Kurniawan Ramdan** (vikikurniawan@student.upi.edu)
2. **Dinar Dinangsit** (dinardinangsitdd4@upi.edu)
3. **Respaty Mulyanto** (respaty@upi.edu)

Program Studi PGSD PENJAS UPI Kampus Sumedang, Jl. Mayor Abdurrachman No. 211 Sumedang Telp. (0261)201244

Abstrak

Banyaknya makanan siap saji yang beredar di masyarakat membuat para orang tua kurang mengetahui apa saja yang sudah dikonsumsi oleh siswa, tentu makanan yang ada di pedesaan dan perkotaan berbeda, di pedesaan kebanyakan orang tua memasak makanan sendiri untuk anaknya sehingga dapat dijamin kebersihannya dan jajanan di SD Pedesaan tidak sebanyak yang ada di SD Perkotaan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan status gizi di SD pedesaan dan perkotaan, wakil dari sekolah yang ada di perkotaan yaitu SDN Manangga dan sekolah pedesaan yaitu SDN Citengah. Hasil dari penelitian ini terdapat perbedaan status gizi antara SD di Pedesaan dan Perkotaan yang menunjukkan bahwa status gizi di SD perkotaan lebih baik dari pada di SD Pedesaan, karena status ekonomi orang tua yang mempengaruhi asupan makanan dari setiap siswa. Sedangkan Kebugaran Jasmani dari kedua SD tersebut menunjukkan bahwa SD di pedesaan lebih baik, karena aktivitas gerak siswa di pedesaan lebih banyak dibandingkan siswa di perkotaan.

Kata Kunci: Status Gizi, Kebugaran Jasmani, Pedesaan, Perkotaan.

PENDAHULUAN

Masyarakat merupakan suatu kelompok individu yang hidup berdampingan dan memiliki tatanan kehidupan yang diikat oleh norma-norma dan adat istiadat yang harus ditaati dalam suatu lingkungan. Masyarakat juga memiliki hubungan interaksi sosial antara sesama anggotanya. Masyarakat dapat dibedakan menjadi masyarakat desa dan masyarakat kota. Pada dasarnya, masyarakat desa dan masyarakat kota memiliki hubungan sosial dengan masyarakat banyak. Masyarakat desa dalam interaksinya lebih kepada sikap kebersamaan dan kekerabatan, sementara masyarakat kota lebih kepada keadaan yang individualisme. Selain itu keduanya memiliki pemikiran yang berbeda, salah satu contoh yaitu kepentingan mereka, jika masyarakat desa hanya memikirkan makanan saja maka masyarakat kota berpikiran makanan seperti apa yang harus dimakannya. Seperti yang dikemukakan oleh Ahmadi (2009, hlm. 228) "Masyarakat kota sering juga disebut *urban community*. Masyarakat kota memiliki perhatian tidak hanya sebatas pada aspek-aspek seperti makanan, pakaian, dan perumahan saja tetapi mempunyai perhatian yang lebih luas". Selain itu terdapat juga isu yang tersebar jika kebersamaan pada masyarakat perkotaan kurang erat, jika dibandingkan dengan kebersamaan pada masyarakat pedesaan. Seperti yang di katakan Ahmadi (2009, hlm. 241) "Masyarakat pedesaan ditandai dengan pemilikan ikatan perasaan batin yang kuat sesama warga desa, yaitu perasaan setiap anggota masyarakat yang amat kuat yang hakikatnya, bahwa seseorang merasa merupakan

bagian yang tidak bisa dipisahkan dari masyarakat”. Mayoritas masyarakat pedesaan tidak memiliki jumlah penduduk yang banyak seperti yang terdapat di masyarakat perkotaan. Seperti yang dikatakan Paul H. Landis dalam Ahmadi (2009, hlm. 241) “ciri-ciri desa yaitu penduduknya kurang dari 2500 jiwa”. Selain itu juga ada isu bahwa masyarakat pedesaan mengalami keterbelakangan ekonomi dibandingkan masyarakat kota, oleh karena itu harus adanya pemberdayaan masyarakat seperti yang dikatakan oleh Kartasmita (dalam Andriyani, A.A.I, dkk, 2017) pemberdayaan masyarakat adalah upaya untuk meningkatkan harkat dan martabat lapisan masyarakat yang dalam kondisi sekarang tidak mampu melepaskan diri dari perangkap kemiskinan dan keterbelakangan.

Pada kehidupan masyarakat di perkotaan maupun di pedesaan pasti memiliki aktivitas yang berbeda-beda, jika di perkotaan kebanyakan masyarakat beraktivitas menggunakan kendaraan berbeda dengan di pedesaan yang lebih memilih berjalan kaki untuk menjalankan aktivitasnya, namun aktivitas bisa berjalan dengan semestinya bilamana kebugaran jasmani kita tidak bermasalah. Dari Survey yang dilakukan Pusat Kebugaran Jasmani Depdiknas diperoleh informasi bahwa hasil pembelajaran Penjas di sekolah secara umum hanya mampu memberikan efek kebugaran jasmani terhadap siswa kurang lebih 15 persen dari keseluruhan populasi siswa. Sedangkan dalam penelusuran sederhana lewat *test sport search* dalam aspek yang berkaitan dengan kebugaran jasmani siswa SMU, siswa Indonesia rata-rata hanya mencapai kategori “rendah” Ditjora (dalam Budi, PN, 2011). Hal tersebut perlu mendapat perhatian dari kita, bahwa mutu kebugaran jasmani siswa sekolah dari seluruh jenjang pendidikan di Indonesia masih tergolong rendah. Rendahnya mutu hasil pembelajaran pendidikan jasmani dapat disimpulkan dari keluhan masyarakat olahraga yang mengindikasikan bahwa mutu bibit olahragawan usia dini dari setiap sekolah kita sangat rendah. Keluhan ini dapat dikaitkan dengan dua hal. Pertama, para calon atlet kita rata-rata mengandung kelemahan dalam kemampuan motoriknya, dari mulai kecepatan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kesadaran ruangnya; Kedua, para calon atlet kita sekaligus memiliki kekurangan dalam hal kemampuan fisik (kebugaran jasmani), terutama dalam hal daya tahan umum, kekuatan, kelentukan, daya ledak otot, dan daya tahan otot Budi, PN (2011). Maka dari itu peneliti ingin mengetahui kebugaran jasmani di SD Perkotaan dan SD Pedesaan yang terdapat di kecamatan Sumedang Selatan, Kabupaten Sumedang. Menurut Nugraha, H.H, dkk (2016) Kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk melakukan tugas fisik yang memerlukan kekuatan, daya tahan, dan fleksibilitas. Menurut Muholid (dalam Saepudin, N, dkk, 2018) Kebugaran jasmani merupakan kemampuan untuk adaptasi terhadap pembenahan visi yang di berikan kepadanya tanpa kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani berasal dari *physical education fitness* yang artinya kemampuan seseorang dalam menjalankan tugas atau pekerjaan sehari-hari tanpa mengenal

kelelahan yang berlebihan (Susilawati, 2009, hlm. 1). Selain itu Lutan (2001) membagi komponen-komponen tersebut menjadi dua bagian yakni, komponen yang berkaitan dengan kesehatan dan komponen yang berkaitan dengan performa. Dari penjelasan di atas, penulis menyimpulkan bahwa kebugaran jasmani adalah hal yang penting untuk menopang kegiatan kita sehari-hari, bahkan untuk melalui hal-hal yang disukai setelah melakukan aktivitas yang monoton. Namun pada kenyataannya pembelajaran penjas kurang diminati oleh siswa karena kurangnya inovasi pembelajaran yang dilakukan oleh guru, hal tersebut berpengaruh terhadap kebugaran jasmani setiap siswa, Rosdiani (dalam Fauzian FS, dkk, 2018). Kebugaran jasmani pada setiap orang pastinya berbeda, tergantung dengan aktivitas seperti apa yang dilakukannya. Seperti yang terdapat didalam penelitian milik Dribilla (2019) memperoleh data bahwa kebugaran jasmani pada anak sekolah dasar di pedesaan lebih unggul dari anak sekolah dasar di perkotaan, maka dari itu peneliti ingin mencari tahu hal tersebut di Kabupaten Sumedang, apakah hasilnya akan sama demikian atau mungkin sebaliknya. Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani haruslah dilakukan pengujian yaitu dengan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI).

Selain aktivitas sehari-hari, kebugaran jasmani juga dapat dipengaruhi oleh gizi seseorang. Menurut Seprianty, V, dkk, (2015) Untuk membangun nasional suatu bangsa dipengaruhi oleh kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Salah satu upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia adalah terciptanya pembangunan kesehatan yang adil dan merata, yang mengupayakan agar masyarakat berada dalam keadaan sehat secara optimal, baik fisik, mental, dan sosial serta mampu menjadi generasi yang produktif. Pencapaian pembangunan kesehatan dinilai dengan derajat kesehatan masyarakat. Derajat kesehatan digambarkan dengan situasi mortalitas, morbiditas, dan status gizi masyarakat. Ketidakseimbangan gizi dapat menurunkan kualitas SDM. Gizi yang baik akan menghasilkan SDM yang berkualitas yaitu sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif, oleh karena itu untuk mengontrol itu semua diperlukan perhatian lebih dari pemerintah setempat untuk menyadarkan para orang tua agar lebih memperhatikan asupan makanan yang diberikan kepada siswa dengan cara dilakukannya penyuluhan mengenai asupan gizi yang tepat bagi anak khususnya usia sekolah dasar. Gizi seseorang bisa dilihat dari latar belakangnya, latar belakang setiap orang berbeda-beda, mungkin ada orang yang sangat selektif dalam menentukan asupan gizi dan ada juga yang tidak terlalu mementingkannya. Seperti yang di katakana Suparisa dalam (Istiany dan Rusilanti, 2013, hlm.5) "status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari *nutriture* dalam bentuk variabel tertentu. Contohnya gondok endemik merupakan keadaan ketidakseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran yodium dalam tubuh". Penulis dapat menyimpulkan bahwa gizi seseorang itu harus seimbang, seimbang disini maksudnya pemasukan gizi

dengan pengeluarannya, maka dari itu Suparisa mencontohkannya dengan gondok endemik. Gizi pada setiap orang dapat dipengaruhi dari beberapa faktor, salah satunya dari asupan gizi atau makanan yang dimakan seseorang. Seperti yang dikatakan Cakrawati dan Mutika (2011, hlm. 27) “konsumsi makanan yang beragam, bergizi seimbang dan aman dapat memenuhi kecukupan gizi individu untuk tumbuh dan berkembang”. Selain itu pengaruh gizi juga sangat mempengaruhi pada saat manusia didalam kandungan seorang ibu, menurut Cakrawari dan Mustika (2011, hlm. 27) “gizi pada ibu hamil sangat berpengaruh pada perkembangan otak janin, sejak seminggu keempat pembuahan sampai lahir dan hingga anak berusia 3 tahun (*golden age*)”.

Tetapi di Indonesia sendiri kekurangan gizi masih banyak dialami oleh masyarakatnya, mayoritas terjadi terhadap masyarakat kalangan bawah. Cakrawati dan Mustika (2011, hlm. 27) berpendapat. “Data riset kesehatan dasar (Riskesdas) – 2010 menunjukkan bahwa rata-rata asupan kalori dan protein anak balita Indonesia masih di bawah Angka Kecukupan Gizi (AKG). Sekitar sepertiga anak masih mengalami status gizi pendek (termasuk sangat pendek) dan seperenam anak balita masih mengalami gizi kurang (termasuk gizi buruk). Akibatnya tinggi badan rata-rata balita Indonesia lebih pendek daripada standar rujukan WHO 2005 dan mempunyai risiko kehilangan tingkat kecerdasan”. Maka dari itu penulis melakukan penelitian ini bermaksud untuk mengetahui status gizi pada anak usia sekolah dasar kelas V yang terdapat di pedesaan dan perkotaan dengan penelitian deskriptif komparatif. Dikarenakan banyaknya makanan siap saji atau *junkfood* diaerah perkotaan membuat para orang tua tidak memperhatikan asupan gizi yang diberikan kepada anak-anaknya, sedangkan dipedesaan belum adanya makanan siap saji seperti yang ada dikota, di pedesaan setiap orang tua masih memperhatikan asupan gizi dengan cara memasak sendiri dirumah sehingga kebersihan, dan bahan yang digunakan untuk memasak terjamin. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui perbandingan status gizi anak yang ada dipedesaan dan perkotaan dengan adanya perbedaan asupan makanan tersebut. Dikarenakan banyak sekali jajanan yang tersebar di setiap sekolah yang belum tentu bermanfaat bagi anak bahkan bisa saja berbahaya jika di konsumsi dan aktivitas anak usia sekolah juga beragam, tetapi bisa saja kebugaran jasmani anak di pengaruhi oleh asupan gizi mereka. Oleh karena itu peneliti melakukan penelitian tentang perbandingan status gizi dan tingkat kebugaran jasmani sekolah dasar di pedesaan dan perkotaan.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan karakteristiknya maka penelitian ini termasuk metode penelitian deskriptif. Menurut Notoatmodjo (2012, hlm. 35) "Penelitian deskriptif dilakukan terhadap sekumpulan objek yang biasanya bertujuan untuk menggambarkan fenomena (termasuk kesehatan) yang terjadi dalam sesuatu populasi tertentu". Penelitian deskriptif tidak memberikan perlakuan, manipulasi atau perubahan suatu kondisi apa adanya. Tetapi untuk penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Karena peneliti memerlukan data yaitu berupa status gizi dan tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar yang bisa di peroleh dengan melakukan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) Siswa SD Usia 10-12 tahun untuk memperoleh data tingkat kebugaran jasmani dan untuk memperoleh data status gizi dilakukan tes IMT (Indeks Masa Tubuh) atau tes antropometri tinggi badan dan berat badan. Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah DAsar perkotaan dan pedesaan, adapun wakil dari perkotaan ialah SDN Manangga dan wakil dari pedesaan SDN Citengah. Sampel yang digunakan merupakan anak sekolah dasar kelas V. Menurut Sugiyono (2007, hlm. 81) menyatakan bahwa "sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi tersebut".

HASIL DAN PEMBAHASAN

IMT

Jika diklasifikasikan makanan yang dikonsumsi siswa menjadi karbohidrat, protein hewani dan nabati, vitamin dan mineral, dan lemak. Sebanyak 44 siswa. pada angket peneliti menanyakan 4 yang berjenis karbohidrat, maka dari itu data yang diperoleh dari sebaran angket sebanyak 2% siswa tidak pernah mengonsumsi karbohidrat, 14% siswa pernah mengonsumsi karbohidrat, 48% siswa kadang-kadang dalam mengonsumsi karbohidrat, 24% siswa sering mengonsumsi karbohidrat, dan 12% siswa sering sekali mengonsumsi karbohidrat. Maka bisa disimpulkan bahwa kebanyakan siswa mengonsumsi karbohidrat dengan frekuensi kadang-kadang. Selanjutnya ada protein hewani, ada 10 makanan berjenis protein hewani yang disajikan oleh peneliti, maka diperoleh hasil sebanyak 19% siswa tidak pernah mengonsumsi protein tersebut, sebanyak 22% siswa pernah mengonsumsi protein, 29% siswa kadang-kadang mengonsumsi protein, 20% siswa sering mengonsumsi protein, dan 10% siswa sering sekali mengonsumsi protein. Bisa disimpulkan siswa dominan mengonsumsi protein hewani dengan frekuensi kadang-kadang. Yang ketiga ada protein nabati, hanya ada dua yang disajikan peneliti, yaitu tempe dan tahu, sebanyak 2% siswa tidak pernah mengonsumsi protein nabati, 26% siswa pernah mengonsumsi protein nabati, 27% siswa kadang-kadang mengonsumsi protein nabati, 23% siswa sering mengonsumsi protein nabati, dan 22% siswa sering sekali mengonsumsi protein nabati. Dapat disimpulkan dominan siswa mengonsumsi protein nabati dengan kadang-kadang. Keempat ada vitamin dan mineral, opsi yang diberikan ada 16 sayuran dan buah-buahan yang mengandung vitamin dan mineral. Diperoleh data sebanyak 22% siswa tidak pernah mengonsumsinya,

18% siswa pernah mengonsumsinya, 27% siswa kadang-kadang mengonsumsinya, 22% siswa sering mengonsumsi vitamin dan mineral, dan 11% siswa sering sekali mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin dan mineral. Maka dapat disimpulkan kebanyakan siswa mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin dan mineral dengan frekuensi kadang-kadang. Yang terakhir ada makanan yang mengandung lemak, ada 11 jenis makanan yang mengandung lemak dalam angket yang disajikan, maka diperoleh sebanyak 3% siswa tidak pernah mengonsumsi makanan berlemak, 22% siswa pernah mengonsumsi makanan berlemak, 38% siswa kadang-kadang mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, 27% siswa sering mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, dan 10% siswa sering sekali mengonsumsi makanan yang mengandung lemak. Jadi bisa disimpulkan kebanyakan siswa kadang-kadang mengonsumsi makanan yang mengandung lemak. Selain angket mengenai riwayat konsumsi dan sosiodemografi adapula data mengenai IMT (Indeks Massa Tubuh). Data IMT yang diperoleh oleh peneneliti ialah berat badan, tinggi badan, hasil perhitungan, usia, IMT, dan kategori. Semua aspek tersebut diolah hingga menjadi sebuah data mengenai IMT. Secara umum IMT yang didapatkan oleh peneliti dari 44 siswa 9% siswa masuk dalam kategori gemuk, 14% siswa masuk dalam kategori kurus, dan 77% siswa masuk dalam kategori normal. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa secara umum Indeks Massa Tubuh (IMT) siswa kelas V SDN Manangga cukup bagus karena hampir sebagian besar siswa masuk dalam kategori normal.

Sedangkan SDN Citengah jika klasifikasikan kedalam kandungan makanan yang ada pada angket yang disajikan, ada lima klasifikasi yaitu karbohidrat, protein hewani dan nabati, vitamin dan mineral, dan lemak. Ada 26 siswa yang memberi jawaban pada angket riwayat makan ini, Pertama ada karbohidrat, sebanyak 4 makanan yang berjenis karbohidrat yang disajikan pada angket maka diperoleh data sebanyak 2% siswa tidak pernah mengonsumsi karbohidrat, 24% siswa pernah mengonsumsi karbohidrat, 40% siswa kadang-kadang mengonsumsi karbohidrat, 18% sering mengonsumsi karbohidrat, dan 16% siswa sering sekali mengonsumsi karbohidrat. Bisa disimpulkan dari 26 siswa sebanyak 44% siswa mengonsumsi karbohidrat dengan frekuensi kadang-kadang. Yang kedua ada protein hewani, ada 10 makanan yang mengandung protein hewani, maka diperoleh 14% siswa tidak pernah mengonsumsi makanan berprotein hewani, 32% siswa pernah mengonsumsinya, 34% siswa kadang-kadang mengonsumsi makanan tersebut, 17% siswa sering mengonsumsi makanan yang mengandung protein hewani, dan 3% siswa sering sekali mengonsumsi makanan yang mengandung protein hewani. Dari paparan data tersebut maka bisa disimpulkan dominan siswa terkadang mengonsumsi makanan yang mengandung protein hewani. Berikutnya ada protein nabati yaitu tempe dan tahu yang di sajikan dalam angket, diperoleh sebanyak 0% siswa tidak pernah mengonsumsi protein nabati tersebut, 25% siswa pernah mengonsumsi makanan tersebut, 48% siswa kadang-kadang

mengonsumsi makanan berprotein tersebut, 27% siswa sering mengonsumsinya dan 0% siswa sering sekali mengonsumsinya. Bisa disimpulkan siswa yang banyak mengonsumsi makanan yang mengandung protein nabati ada di frekuensi kadang-kadang. Lalu ada vitamin dan mineral, terdapat 16 makanan yang mengandung vitamin dan mineral yang disajikan dalam angket. Diperoleh data sebanyak 14% siswa tidak pernah mengonsumsinya, 40% siswa pernah mengonsumsinya, 29% siswa kadang-kadang mengonsumsinya, 14% siswa sering mengonsumsinya, dan 3% siswa sering sekali mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin dan mineral. Bisa disimpulkan pada poin ini kebanyakan siswa pernah mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin dan mineral. Yang terakhir ada makanan yang mengandung lemak, ada 11 jenis makanan yang disajikan dalam pilihan angket. Diperoleh data sebanyak 11% siswa tidak pernah mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, 39% siswa pernah mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, 26% siswa kadang-kadang mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, 16% siswa sering mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, dan 8% siswa sering sekali mengonsumsi makanan yang mengandung lemak. Jadi bisa disimpulkan pada makanan yang mengandung lemak ini dominan siswa menjawab pernah mengonsumsi makanan yang mengandung lemak. Selain angket mengenai riwayat konsumsi dan sosiodemografi adapula data mengenai IMT (Indeks Massa Tubuh). Data IMT yang diperoleh oleh peneliti ialah berat badan, tinggi badan, hasil perhitungan, usia, IMT, dan kategori. Semua aspek tersebut diolah hingga menjadi sebuah data mengenai IMT. Secara umum IMT yang didapatkan oleh peneliti dari 26 siswa 77% siswa masuk dalam kategori normal, 19% siswa masuk dalam kategori kurus, dan 4% siswa masuk dalam kategori sangat kurus, tidak ada anak yang masuk ke dalam kategori gemuk 0%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa secara umum Indeks Massa Tubuh (IMT) siswa kelas V SDN Citengah cukup bagus karena hampir sebagian besar siswa masuk ke dalam kategori normal.

TKJI (Tes Kebugaran Jasmani)

Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) yang dilakukan di SDN Manangga kepada 44 siswa di kelas V, terdapat 5 aspek tes yang dilakukan tes yang pertama lari cepat, tes yang kedua baring duduk 30", tes yang ketiga gantung sikut, tes yang keempat loncat tegak 3x, tes yang kelima lari 600 meter. Dari tes pertama yaitu lari cepat yang dilakukan didapatkan hasil 14% siswa mendapatkan nilai 1, 64% siswa mendapatkan nilai 2, 20% siswa mendapatkan nilai 3, dan 2% mendapatkan nilai 4. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar siswa mendapatkan nilai 3, dimana nilai 3 merupakan nilai tengah yang artinya hampir sebagian besar siswa memiliki kemampuan lari cepat yang rata. Tes yang kedua ialah baring duduk 30", dari tes yang dilakukan didapatkan hasil 20% siswa mendapatkan nilai 2, 60%

siswa mendapatkan nilai 3, dan 20% siswa mendapatkan nilai. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa mendapat nilai 3 sehingga kemampuan baring duduk 30" siswa masuk kedalam kategori sedang. Tes yang ketiga ialah gantung sikut, data yang didapatkan dari tes gantung sikut ini ialah 53% siswa mendapatkan nilai 1, 34% siswa mendapatkan nilai 2, 11% siswa mendapatkan nilai 3, 2% mendapatkan nilai 4. Dari data yang diperoleh data disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang rendah dalam tes gantung sikut ini karena banyak siswa yang mendapatkan nilai 1. Tes yang keempat ialah loncat tegak 3x, data yang diperoleh ialah 5% siswa mendapatkan nilai 1, 34% siswa mendapatkan nilai 2, 41% siswa mendapatkan nilai 3, 11% siswa mendapatkan nilai 4, dan 9% siswa mendapatkan nilai 5. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda, tetapi kebanyakan siswa memiliki kemampuan yang sedang dapat dilihat dari jumlah siswa yang mendapat nilai 3. Tes yang kelima ialah lari 600 meter, dari tes tersebut diperoleh data 60% siswa mendapatkan nilai 1 dan 40% siswa mendapatkan nilai 2. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh siswa memiliki kemampuan yang rendah pada aspek lari 600 meter ini. Dari pemaparan data di atas dapat dikategorikan bahwa 14% siswa masuk kedalam kategori sedang, 57 % siswa masuk kedalam kategori kurang, dan 29% siswa masuk kedalam kategori kurang sekali. Dapat disimpulkan bahwa hasil TKJI pada SDN Manangga termasuk kedalam kategori kurang, hal tersebut dapat dilihat dari jumlah siswa yang masuk kedalam kategori kurang.

Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) yang dilakukan di SDN Citengah memiliki lima aspek tes, yaitu tes lari cepat, tes baring duduk 30", tes gantung sikut, tes loncat tegak 3x, dan tes lari 600 meter. Dari kelima tes tersebut tes yang pertama dilakukan ialah tes lari cepat, dimana hasil dari tes lari cepet ialah 15% siswa mendapatkan nilai 1, 31% siswa mendapatkan nilai 2, 38% siswa mendapatkan nilai 3, 12% siswa mendapatkan nilai 4, dan 4% siswa mendapatkan nilai 5. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa secara umum kemampuan siswa dalam lari cepat ialah masuk kedalam kategori sedang dapat dilihat dari jumlah siswa yang mendapatkan nilai 3 dan 4. Tes yang kedua ialah baring duduk 30", dari tes yang dilakukan didapatkan hasil 4% siswa mendapatkan nilai 1, 4% siswa mendapatkan nilai 2, 61% siswa mendapatkan nilai 3, 23% siswa mendapatkan nilai 4, dan 8% siswa mendapatkan nilai 5. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa secara umum kemampuan siswa dalam baring duduk 30" ialah masuk dalam kategori sedang hal ini dapat dilihat dari jumlah siswa yang mendapatkan nilai 3. Tes yang ketiga ialah gantung sikut, dari tes yang dilakukan diperoleh data 23% siswa mendapatkan nilai 1, 46% siswa mendapatkan nilai 2, 27% siswa mendapatkan nilai 3, dan 4% siswa mendapatkan nilai 4. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang rendah dalam tes gantung sikut hal ini dapat dilihat

dari jumlah siswa yang mendapatkan nilai 1 dan 2. Tes yang keempat ialah loncat tegak 3x, data yang diperoleh dari tes tersebut ialah 4% siswa mendapatkan nilai 1, 38% siswa mendapatkan nilai 2, 41% siswa mendapatkan nilai 3, dan 15 siswa mendapatkan nilai 4. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang sedang dalam tes loncat tegak 3x yang dilakukan hal ini dapat dilihat dari jumlah siswa yang mendapatkan nilai 3 dan 4. Tes yang kelima ialah lari 600 meter, dari tes tersebut didapatkan data 77% siswa mendapatkan nilai 1 dan 23% siswa mendapatkan nilai 2. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa secara umum seluruh siswa memiliki kemampuan yang rendah dalam tes lari 600 meter hal ini dapat dilihat dari jumlah siswa yang mendapatkan nilai 1 dan 2. Dari pemaparan data di atas dapat dikategorikan bahwa 8% siswa masuk kedalam kategori baik, 19% siswa masuk kedalam kategori sedang, 50 % siswa masuk kedalam kategori kurang, dan 23% siswa masuk kedalam kategori kurang sekali. Dapat disimpulkan bahwa hasil TKJI pada SDN Citengah masuk kedalam kategori kurang hal tersebut dapat dilihat dari jumlah siswa yang masuk kedalam kategori kurang. Hanya saja pada SDN Citengah ini ada 8% siswa yang masuk kedalam kategori baik.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas hasil dari penelitian yang dilakukan terhadap perbandingan status gizi dan tingkat kebugaran jasmani di SDN Citengah sebagai wakil pedesaan dan SDN Manangga sebagai wakil perkotaan dapat disimpulkan sebagai berikut. Adanya perbedaan status gizi pada anak sekolah dasar kelas V di pedesaan dan diperkotaan dipengaruhi oleh status sosial orang tua setiap anak. Orang tua siswa di pedesaan rata-rata kurang memperhatikan asupan dan pola makan anaknya, kurang memperhatikan gizi yang sesuai kebutuhan anaknya. Sedangkan orang tua siswa di perkotaan rata-rata memperhatikan asupan dan pola makan anaknya, memperhatikan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anaknya. Status sosial orang tua siswa yang berada di pedesaan rata-rata bekerja sebagai petani, sedangkan orang tua siswa di perkotaan rata-rata bekerja sebagai pegawai swasta atau pegawai sipil. Faktor tersebutlah yang membuat adanya perbedaan status gizi antara anak sekolah dasar kelas V di pedesaan dan perkotaan. Tingkat kebugaran jasmani pada anak sekolah dasar kelas V di pedesaan dan perkotaan memiliki perbedaan yang sangat signifikan. Hal tersebut dapat dilihat dari data perhitungan TKJI yang dilakukan pada SD perkotaan yaitu 30% siswa masuk kedalam kategori kurang sekali, 57% siswa masuk ke dalam kategori kurang, dan 13% siswa masuk ke dalam kategori sedang. Sedangkan hasil perhitungan TKJI yang dilakukan pada SD pedesaan yaitu 23% siswa masuk ke dalam ketegori kurang sekali, 50% siswa masuk ke dalam kategori kurang, 19% masuk ke dalam ketegori sedang, dan 8% siswa masuk ke dalam kategori baik. Dari data

tersebut dapat dilihat perbedaan yang signifikan dari hasil perhitungan TKJI yang dilakukan dari kedua sampel.

REFERENSI

- Ahmadi, A. (2009). *Ilmu Sosial Dasar*. Jakarta : PT RINEKA CIPTA.
- Andriyani, A.A.I, Martono, E, Muhamad. (2017). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pengembangan Desa Wisata Dan Implikasinya Terhadap Ketahanan Sosial Budaya Wilayah. *Jurnal Ketahanan Nasional*. Vol. 23 (1).
- Budi, PN. (2011). Isu, Tantangan dan Masa Depan Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah Spirit*. Vol. 11 (2).
- Cakrawati, D & Mustika. (2012). *Bahan Pangan, Gizi dan Kesehatan*, Bandung : CV. ALFABETA.
- Dribilla, A.B. (2019). Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri Daerah Pedesaan dan Perkotaan di Kediri. *Artikel Skripsi Universitas Nusantara PGRI Kediri*.
- Fauzian, F.S, Dinangsir, D, Muhtar, T. (2018). Perbedaan Metode Latihan dan Metode *Discovery* Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani. *Jurnal SpoRTIVE*. Vol. 1 (1).
- Istiany, A. & Rusilanti (2014). *Gizi Tetap*. Bandung : PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Lutan, R. (2001). *Pendidikan Kebugaran Jasmani*. Jakarta : DEPDIKNAS.
- Nugraha, H.H, Muhtar, T, Dinangsit, D. (2016). Meningkatkan Kelincahan Dalam Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Tradisional Galah Asin. *Jurnal SpoRTIVE*. Vol. 1 (1).
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung : FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA.
- Permana, R. (2016). Penguasaan Rangkaian Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) Melalui Diskusi Dan Simulasi. *Jurnal Refleksi Edukatika*. Vol. 6 (3).
- Saepudin, N, Susilawati, D, Mulyanto, R. (2018). Perbandingan Permainan Bebentengan Dengan Galah Asin Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa. Vol. 1 (1).
- Seprianty, V, Tjekyan, S.R.M, Thaha, A.M. (2015). Status Gizi Anak Kelas III Sekolah Dasar Negeri 1 Sungaililin. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. Vol. 2 (1).
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : ALFABETA.
- Susilawati, D. (2009). *Kebugaran Jasmani (Secara Medis dan Kepeleatihan)*. Sumedang : UPI PRESS.