

**TINGKAT KESEGERAN JASMANI PESERTA DIDIK  
SMP NEGERI 5 PELAIHARI USIA 13 - 15 TAHUN  
DITINJAU DARI LATAR BELAKANG  
PEKERJAAN DAN EKONOMI  
ORANG TUA**

Ricki Andre Setiawan, Athar dan Nurdiansyah  
Pendidikan Jasmani JPOK FKIP  
Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru  
andrericky438@gmail.com

**Abstrak**

Tujuan penelitian ini agar mengetahui tingkat kebugaran jasmani peserta didik di SMP Negeri 5 Pelaihari usia 13 - 15 tahun ditinjau dari latar belakang pekerjaan dan ekonomi orang tua.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survei, dengan pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Menurut Maksu (2009: 17) "penelitian survei adalah penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok".

Populasi penelitian ini adalah peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari Kabupaten Tanah Laut yang berusia 13 - 15 tahun yang berjumlah 31 orang dari peserta didik putra sebanyak 11 orang dan peserta didik putri sebanyak 20 orang, sedangkan sampel penelitian berusia 13 - 15 tahun berjumlah 31 orang dengan teknik *total sampling* atau sampel jenuh. Menurut Sugiyono (2015: 60) *total sampling* atau sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi dijadikan sampel. Hasil penelitian Sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Pelaihari Kabupaten Tanah Laut Kalimantan Selatan disimpulkan: (1) Tingkat kebugaran jasmani peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari berkategori Baik Sekali (BS) 0 %, Baik (B) 0 %, Sedang (S) 19,36 %, Kurang (K) 74,19 %, Kurang Sekali (KS) 6,45 %. (2) Tingkat kebugaran jasmani dan pekerjaan orang tua 3 peserta didik atau 9,68 % dengan bekerja sebagai PNS, 10 peserta didik atau 32,26 % orang tua bekerja sebagai Pedagang, 1 peserta didik atau 3,22 % dengan orang tua bekerja sebagai pegawai swasta dan 17 peserta didik atau 54,84 % orang tua bekerja sebagai buruh/petani. (3) ekonomi orang tua, 5 peserta didik dengan latar belakang keluarga yang lebih dari Rp. 3.000.000 dengan persentase 16,13 %, 4 peserta didik dengan latar belakang ekonomi orang tua dengan rentang penghasilan Rp. 2.000.000 – Rp. 3.000.000 dengan persentase 12,90 %, 4 peserta didik dengan latar belakang ekonomi orang tua sebesar Rp. 1.000.000 – Rp. 2.000.000 dengan persentase 12,90 % dan 18 peserta didik dengan latar belakang ekonomi orang tua berpenghasilan di bawah Rp. 1.000.000 dengan persentase 58,07 %.

**Kata Kunci:** *Tingkat Kebugaran Jasmani, Latar Belakang Pekerjaan Dan Ekonomi Orang Tua*

### **Abstract**

The purpose of this study was to determine the level of physical fitness of State Junior High School Five Pelaihari students aged 13-15 years in terms of occupational backgrounds and economic conditions of parents.

The method used in this study is a survey research method, with data collection using tests and measurements. According to Maksum (2009: 17) "survey research is research that takes a sample from one population and uses a questionnaire as a primary data collection tool".

The population in this study were state junior high school five Pelaihari students aged 13-15 years, amounting to thirty one people from male students as many as eleven people and female students as many as twenty people, while the study sample aged 13-15 years amounted to thirty one people with total sampling technique or saturated sample. According to Sugiyono (2015: 60) total sampling or saturated sample is a technique of determining the sample if all members of the population are sampled. The results of the research at Pelihari Public Middle School five, Tanah Laut, South Kalimantan, concluded: (1) The level of physical fitness of the students of Pelaihari 5 State Junior High School was categorized Very Good (BS) 0%, Good (B) 0%, Medium (S) 19.36 %, Poor (K) 74.19%, Very Less (KS) 6.45%. (2) The level of physical fitness related to the work of parents of 3 students or 9.68% with parents working as civil servants, 10 students or 32.26% with parents working as traders, 1 student or 3.22% with the background of parents working as private employees and 17 students or 54.84% with the background of parents working as laborers / farmers. (3) Physical fitness level related to parents' economy, 5 students with a family background of more than Rp. 3,000,000 with a percentage of 16.13%, 4 students with economic background of parents with an income range of Rp. 2,000,000 - Rp. 3,000,000 with a percentage of 12.90%, 4 students with parents' economic background of Rp. 1000,000 - Rp. 2,000,000 with a percentage of 12.90% and 18 students with an economic background of parents earning less than Rp. 1,000,000 with a percentage of 58.07%.

Keywords: Physical fitness level, occupational background and parents' economy

## PENDAHULUAN

SMP Negeri 5 Pelaihari merupakan salahsatu sekolah negeri yang pada tahun, pelajaran 2019/2020 mempunyai jumlah peserta didik keseluruhan sebanyak 110 peserta didik. Beberapa aktivitas yang dilakukan peserta didik di SMP Negeri 5 Pelaihari dalam bidang olahraga di sekolah pelaihari diantaranya kegiatan ekstrakurikuler seperti sepakbola, bela diri, bola voli, dan basket. Namun minimnya peserta yang mengikuti ekstrakurikuler menjadi perhatian khusus dari pihak sekolah, peserta didik yang jarang hadir dan kurang aktif melakukan aktivitas. Peserta didik di daerah sekarang sudah mulai mengenal adanya permainan-permainan yang bersifat online, sehingga aktifitas gerak sangat rendah. Tentunya ini memicu rendahnya kebugaran jasmani peserta didik.

SMP Negeri 5 Pelaihari sekolah yang banyak memiliki peserta didik dari berbagai wilayah yang ada disekitar Kabupaten Tanah Laut. Setelah melakukan pengamatan oleh peneliti di SMP Negeri 5 Pelaihari, dengan latar belakang pekerjaan orang tua di tanah laut peserta didik sangat beragam. karena sangat berpengaruh dalam upaya meningkatkan kebugaran jasmani. penelitian dengan judul “Tingkat Kebugaran Jasmani Peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari usia 13-15 tahun ditinjau dari latar belakang pekerjaan dan ekonomi orang tua”. Berdasarkan wawancara dengan pihak sekolah dengan Kepala Sekolah, Guru Pendidikan jasmani, peneliti mengetahui bahwa selama ini SMP Negeri 5 Pelaihari belum pernah melakukan tes dan pengukuran kebugaran jasmani peserta didiknya.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian survei, pengumpulan datanya dengan menggunakan tes dan pengukuran serta kuesioner.

### Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada :  
Hari / Tanggal : Sabtu, 01 Februari 2020

Waktu : 08.00 WITA  
Tempat : Lapangan Pertasi Kencana Pelaihari

### Populasi dan Sampel

Populasi dari penelitian ini adalah peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari Kabupaten Tanah Laut berusia 13-15 tahun yang berjumlah 31 orang dari peserta didik putra ada 11 orang dan putri 20 orang, sampel penelitian ini berusia 13-15 tahun berjumlah 31 orang dengan teknik *total sampling* atau sampel jenuh.

### Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini adalah tes Kebugaran Jasmani untuk Anak Usia 13 –15 Tahun (Mahardika, 2010: 95). Yaitu tes lari cepat 50 meter, tes gantung siku tekuk 60 detik, tes baring duduk 60 detik, tes loncat tegak, dan tes lari 1000 meter untuk putra dan 800 meter untuk putri.

Instrumen latar belakang pekerjaan dan ekonomi orang tua menggunakan kuesioner. Instrumen kuesioner dikutip dari penelitian yang dilakukan Sutekno (2015: 90). Mengetahui kuesioner dapat dilihat pada lampiran 25 halaman 61 – 63.

### Teknik Pengumpulan data

Menggunakan data tingkat kebugaran jasmani, latar belakang pekerjaan dan ekonomi orang tua. teknik pengumpulan data:

1. Tahap Persiapan:
  - a. Permohonan penunjukan Dosen Pembimbing I dan II.
  - b. Permohonan izin kepada Ketua JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
  - c. Permohonan izin penelitian kepada Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Tanah Laut.
  - d. Permohonan peminjaman alat pendukung penelitian.
  - e. Menyiapkan formulir tes dan pengukuran.
  - f. Mempersiapkan petugas tes.
  - g. Undangan penelitian kepada Pembimbing I dan II.

- h. Undangan penelitian kepada Penguji
- i. Undangan penelitian kepada Kepala Sekolah
- j. Undangan penelitian kepada Guru Pendidikan Jasmani
- k. Undangan penelitian kepada Peserta Didik
- l. Undangan penelitian kepada Petugas Te

### Teknik Analisis Data

Analisis data untuk latar belakang pekerjaan dan ekonomi orang tua dari hasil kuesioner (Sutekno,2015: 90).

Analisis data untuk kebugaran jasmani menggunakan rumus persentase dari (Sudijono, 2017: 43).

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan : P : Presentase  
 f : Frekuensi  
 n : Sampel

### PEMBAHASAN

Penelitian ini agar mengetahui klasifikasi peserta didik SMP Negeri 5

| No            | Klasifikasi Tingkat Kesegaran Jasmani | Jumlah (Orang) | Persentase (%) |
|---------------|---------------------------------------|----------------|----------------|
| 1             | Baik Sekali                           | 0              | 0 %            |
| 2             | Baik                                  | 0              | 0 %            |
| 3             | Sedang                                | 6              | 19.36 %        |
| 4             | Kurang                                | 23             | 74.19 %        |
| 5             | Kurang Sekali                         | 2              | 6.45 %         |
| <b>Jumlah</b> |                                       | <b>31</b>      | <b>100</b>     |

Pelatihari dengan usia 13 - 15 tahun, tentang tingkat kesegaran jasmani. Kemudian mengetahui latar belakang orang tua peserta didik yang sudah dibuat dengan kriteria tertentu. Berdasarkan klasifikasi tes tingkat kesegaran jasmani Indonesia, klasifikasi

tingkat kesegaran jasmani peserta didik dari Baik Sekali (BS), Baik (B), Sedang (S), Kurang (K), Kurang Sekali (KS). Untuk mempersentasikan tingkat kesegaran jasmani peserta didik menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan : P : Presentase  
 f : Frekuensi  
 n : Sampel

Dari analisis dengan rumus presentasi diperoleh jumla dan tingkat kesegaran jasmani untuk peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari usia 13 – 15 tahun.

Hasil analisis dengan rumus kriteria yang ditentukan akan diperoleh jumlah dan tingkatan latar belakang dari orang tua yang berasal dari peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari usia 13 – 15 tahun.

Tabel 4.8. Jumlah dan Persentasi Analisis Tingkatan Latar Belakang Orang Tua Peserta Didik Putra dan Putri SMP Negeri 5 Pelaihari Usia 13 – 15 Tahun.

### HASIL PENELITIAN

Pada bab II halaman 14 hipotesis yang diajukan peneliti, bertujuan supaya mengetahui tingkat kesegaran jasmani peserta didik dan untuk mengetahui apakah ada keterkaitan dengan latar belakang orang tua peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari. Berdasarkan hasil perhitungan statistik dapat dijelaskan :

1. Dari tingkat kesegaran jasmani peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari Usia 13-15 Tahun berkategori Baik Sekali (BS) 0 %, Baik (B) 0 %, Sedang (S) 19,36 % atau sebanyak 6 orang, Kurang (K) 74.19 % atau

sebanyak 23 orang, Kurang Sekali (KS) 6,45 % atau sebanyak 2 orang.

2. Tingkat kebugaran jasmani SMP Negeri 5 Pelaihari Usia 13-15 Tahun dan pekerjaan orang tua dari hasil penelitian 3 peserta didik atau 9,68 % dengan latar belakang dari orang tua bekerja PNS, kemudian 10 peserta didik atau 32,26 % dengan latar belakang dari orang tua bekerja Pedagang, selanjutnya 1 peserta didik atau 3,22 % dengan latar belakang orang tua bekerja pegawai swasta sebanyak 17 peserta didik atau 54,84 % dengan latar belakang orang tua dengan bekerja buruh/petani.
3. Tingkat kebugaran jasmani SMP Negeri 5 Pelaihari Usia 13-15 Tahun dan ekonomi orang tua dari hasil penelitian hanya 5 peserta didik dengan latar belakang ekonomi yang orang tua sebanyak Rp. 3.000.000 dengan persentase 16,13 %.

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat dikatakan peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari tergolong kurang. sebanyak 23 orang peserta didik berkategori kurang atau 74,19 %, bahkan sebanyak 2 orang peserta didik berkategori kurang Sekali atau 6,45 % sehingga dengan total persentase 80,64 %. Dalam penelitian ini ke banyakan peserta didik yang berasal dari orang tua yang pekerjaan sebagai buruh/petani dengan persentase 54,84 %, penghasilan di bawah Rp. 1.000.000, persentase 58,07 %. Ini menandakan adanya keterkaitan keseharian peserta didik baik dengan pekerjaan orang tua, maupun dengan keadaan ekonomi orang tua. Hingga memiliki kontribusi latar belakang orang tua, keseharian setelah pulang sekolah dengan tingkat kebugaran jasmani khususnya peserta didik di usia 13 – 15 tahun.

Peserta didik dengan latar belakang orang tua yang merata cukup, tidak

menjamin kebugaran jasmani peserta didik baik. Dimana dalam penelitian ini pekerjaan orang tua sebagai PNS sebanyak 3 orang atau 9,68 % dan Pedagang sebanyak 10 orang atau 32,26 % tingkat kebugaran jasmaninya tergolong kurang juga, sedangkan peserta didik dengan kebugaran jasmani kategori sedang hanya 6 orang dengan persentase 19,36 % terdiri dari 3 orang putra dan 3 orang putri, kemungkinan disebabkan kehidupan keseharian peserta didik tersebut melakukan aktivitas dengan berolahraga di luar sekolah. Olahraga yang dilakukan yaitu sepakbola di lapangan terbuka kemudian membantu orang tua bekerja baik dengan menggunakan fisik, serta melakukan gerakan beban yang berat. Keseharian itu sudah menjadi rutinitas setiap hari peserta didik diluar jam sekolah atau pada sore hari.

#### **KESIMPULAN**

Dapat disimpulkan: Tingkat kebugaran jasmani peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari Usia 13-15 Tahun berkategori Baik Sekali 0 %, Baik 0 %, Sedang 19,36 %, Kurang 74,19 %, Kurang Sekali 6,45 %. peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari usia 13-15 tahun dan pekerjaan orang tua dari hasil penelitian 9,68 % dengan latar belakang orang tua bekerja sebagai PNS, sebanyak 32,26 % dengan Pedagang, 3,22 % sebagai pegawai swasta dan sebanyak 54,84 % sebagai buruh/petani.

#### **SARAN**

Bagi peserta didik SMP Negeri 5 Pelaihari usia 13 – 15 tahun diharapkan dengan penelitian ini dapat membantu agar bisa meningkatkan kebugaran jasmani lebih baik lagi. Bagi guru Pendidikan Jasmani SMP Negeri 5 Pelaihari usia 13 – 15 tahun jika menginginkan peserta didiknya memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik, maka menambah waktu luang untuk melakukan kegiatan/aktifitas olahraga untuk lebih meningkatkan lagi kebugaran jasmani peserta didiknya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Alex MA. 2010. *Kamus Saku Bahasa Indonesia*. Tamer Press.

Kurniawan, 2015. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta

Sutekno. 2015. *Hubungan Kesegaran Jasmani Dan Status Sosial Ekonomi Dengan Prestasi Belajar Siswa Di Smp Negri 3 Klaten*. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Tim Revisi JPOK FKIP ULM. 2014. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Banjarbaru: JPOK FKIP ULM Banjarbaru Kalimantan Selatan.