



HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KEMAMPUAN MELOMPAT PADA SISWA KELAS 2 SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH LAMONGAN

RINI ROZIKHATI - 202310490311137 - PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI - UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

A. Introduction

Peningkatan kemampuan motorik pada anak, khususnya kemampuan melompat, dapat dipengaruhi oleh pendidikan dan permainan (Saripudin, 2019). Melompat, sebagai bagian dari kegiatan bermain aktif, memberikan kesenangan dan kepuasan pada anak sambil menstimulasi motorik kasar. Aktivitas ini melibatkan koordinasi otot-otot besar, melatih keseimbangan, kelenturan, kekuatan otot, dan kelincahan. Berat badan ideal dan berlebih mempengaruhi kecepatan, kekuatan, dan daya ledak saat melompat (Huda, 2012).

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan kemampuan melompat pada siswa kelas 2 SD Muhammadiyah Lamongan.

C. Metode Penelitian

Desain penelitian ini adalah kuantitatif cross-sectional yang di SD Muhammadiyah Lamongan pada tanggal 11 Februari - 17 Februari 2024.



E. Hasil dan Analisa Data

Diperoleh nilai $p = 0,030$ ($p < 0,01$) dari uji korelasi Chi-Square hubungan indeks massa tubuh dengan kemampuan melompat.

D. Pembahasan

Melompat tidak hanya cukup dengan kualitas fisik yang prima, tetapi seseorang harus memiliki kebutuhankalori yang baik. Kebutuhan kalori dalam diri seorang pelompat sangat menentukan hasil akhir nilai daya ledak otot tungkai serta tingginya lompatan. Kelebihan berat badan atau kekurangan berat badan akan menyulitkan saat melakukan lompatan. Hal ini sangat beralasan dengan kondisi dimana siswa yang memiliki berat badan yang berlebih akan sangat sulit membawa badan dalam melakukan lompatan.

Anak dengan indeks massa tubuh obesitas cenderung mempunyai kemampuan gerak dibawah anak dengan indeks massa tubuh normal. Indeks massa tubuh di atas normal akan menghambat kecepatan individu karena bentrokan jaringan lemak pada jaringan otot yang membuat kekuatan otot berkurang dan juga obesitas yang terjadi pada anak-anak berakibat pada penyimpangan fisik motorik terutama motorik kasar berupa kelainan tonus otot, mudah merasa lelah, gerak menjadi tidak fleksibel, terhambat ketika ingin bangun dari duduk (Hafidah & Nurjana, 2022).

DAFTAR PUSTAKA

- Hafidah, R., & Nurjanah, N. E. (2022). Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia Dini dengan Masalah Obesitas. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2844-2851.
- Huda, K., & Subiyono, H. S. (2012). Sumbangan kecepatan, berat badan, daya ledak terhadap lompat jauh. *Journal of Sport Science and Fitness*, 1(1). ISSN: 2252-6528
- Saripudin, A. (2019). Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Equalita: Jurnal Studi Gender dan Anak*, 1(1), 114-130.



F. Conclusion

- Apabila indeks massa tubuh semakin tinggi maka, kemampuan melompat semakin menurun.
- Adanya hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan kemampuan melompat pada Siswa Kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan.