

## BAB VI

### PEMBAHASAN

#### A. Interpretasi Hasil dan Diskusi Hasil Penelitian

##### 1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Hasil hasil pada penelitian distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dari tabel 5.1 didapatkan distribusi tertinggi pada jenis kelamin laki laki dengan jumlah 47 siswa (54%) dan perempuan berjumlah 40 siswa (46%). Antara siswa laki-laki dan perempuan yang lebih sering terlatih kemampuan melompatnya adalah siswa laki-laki karena sering bermain diluar sekolah bersama dengan temannya yang dapat melatih kemampuan melompat.

Adapun hambatan yang mempengaruhi keterampilan anak terkait dengan ketidakmampuan anak mengatur keseimbangan reaksi kurang cepat serta koordinasi kurang baik. Ketika anak memasuki jenjang Pendidikan kemampuan bereaksi dan koordinasi juga menentukan keterampilan motorik kasar anak. Hal ini terjadi karena kurang diberi kesempatan untuk berlatih atau ada kemungkinan anak memiliki masalah dalam syaraf motoriknya (Yuantini, 2019).

Sehingga dari hasil penelitian yang ditinjau dari jenis kelamin untuk kemampuan melompat siswa tidak terdapat perbedaan antara anak laki-laki dan anak perempuan. Perbedaan jenis kelamin lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

##### 2. Karakteristik responden berdasarkan usia

Karakteristik responden berdasarkan usia tabel 5.3 karakteristik diperoleh distribusi tertinggi pada usia 8 tahun sebanyak 67 siswa (77%), dan yang paling rendah siswa dengan usia 9 tahun dengan jumlah 1 siswa (1.2%).

Telah diketahui bahwa kemampuan lompat vertikal, serta kekuatan dan kekuatan tungkai bawah, meningkat seiring bertambahnya usia selama pertumbuhan dan perkembangan (Karatrantou, 2019). Struktural, saraf dan perubahan metabolisme otot rangka yang terjadi selama pertumbuhan dan perkembangan dapat berkontribusi pada peningkatan kekuatan dan kemampuan melompat vertikal yang berkaitan dengan usia.

Hal ini sejalan dengan penelitian Milanese et al. (2010), yang terbukti meningkatkan kemampuan motorik sesuai dengan periode usia yang berbeda dari 6 hingga 12 tahun, karena kemampuan motorik anak semakin baik dengan meningkatnya usia karena kematangan fungsi tubuh dan ototnya.

### **3. Karakteristik responden berdasarkan indeks massa tubuh**

Dari hasil tabel 5.5 karakteristik responden berdasarkan indeks massa tubuh diketahui bahwa siswa yang memiliki indeks massa tubuh normal memiliki distribusi tertinggi dengan jumlah 50 siswa (57.5%), sedangkan yang memiliki distribusi tertinggi kedua ialah siswa yang memiliki indeks massa tubuh *overweight* berjumlah 21 siswa (24.1%), dan terendah siswa yang memiliki indeks massa tubuh obesitas berjumlah 16 siswa (18.4%).

Dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwasannya terdapat mayoritas kategori normal dalam distribusi frekuensi indeks massa tubuh, namun hal yang perlu diwaspadai yaitu tingkat kegemukan siswa. Yang mana dalam hasil penelitian tersebut hasil *overweight* ditemukan terbanyak kedua setelah hasil normal.

Apabila hal tersebut diabaikan maka akan menjadi masalah kedepannya bagi siswa maupun siswi yang ada dalam kategori tersebut. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 di Indonesia, prevalensi obesitas berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada umur 6-12 tahun dengan kategori laki-laki sebesar 10,7% dan perempuan sebesar 7,7%.

Obesitas yang dialami pada usia anak-anak akan beresiko tinggi mengalami obesitas di usia dewasanya. Apabila anak mengalami obesitas sebesar 75%, tidak menutup kemungkinan pada masa dewasanya juga masih tetap mengalami obesitas. Sehingga, dampak yang ditimbulkan dari obesitas akan berpotensi mengalami kematian dan berbagai penyakit berbahaya lainnya seperti penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus dan sebagainya. Obesitas juga berakibat fatal terhadap tumbuh kembang anak itu sendiri (Agoes,2003). Serta berat badan yang memiliki komposisi lemak lebih tinggi memiliki kinerja yang rendah pada gerakan perpindahan tubuh (Ceylan *et al*, 2018).

## **B. Analisis Hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan Kemampuan Melompat Siswa Kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan**

Hasil hubungan indeks massa tubuh dengan kemampuan melompat pada siswa kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan, ditemukan bahwa  $asympt.sig$  0.030 yang berarti  $< 0.050$  maka terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dan kemampuan melompat. Nilai koefisien korelasi yang didapat untuk tingkat korelasi positif yang tergolong lemah. Hal ini sesuai dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.331.

Ada banyak karakteristik anak dengan indeks massa tubuh yang berbeda di sekolah tersebut, seperti kurus, normal, *overweight*, dan obesitas, mirip dengan siswa sekolah pada umumnya. Selama pembelajaran, diketahui bahwa postur tubuh siswa mempengaruhi kemampuan motorik mereka seperti melompat. Siswa yang memiliki indeks massa tubuh kurus & *overweight*, melakukan aktivitas gerak atau praktik yang kurang maksimal saat tes lompat, dibandingkan dengan siswa yang memiliki postur tubuh yang tipikal.

Dalam penelitian Astyorini (2014) terdapat perbedaan keaktifan anak dengan fisik kurus dan normal dalam bergerak. Hal itu terjadi karena anak yang kurang gizi kurang semangat dalam bergerak akibat terlalu sedikitnya energi didalam tubuhnya. Hal yang paling dominan adalah status gizi mempengaruhi kemampuan motorik kasar anak. Anak dengan indeks massa tubuh yang normal akan mudah melakukan gerakan apapun tanpa mengalami hambatan gerak.

Kelebihan indeks massa tubuh pada anak terjadi karena kelebihan gizi dan mengakibatkan menurunnya kemampuan gerak dasar diduga karena tubuh anak tersebut berat untuk melakukan gerakan dan juga sedikitnya pengalaman

gerak, sedangkan anak yang memiliki indeks massa tubuh kurang terjadi karena kekurangan gizi dan menyebabkan menurunnya kemampuan gerak diduga karena kurangnya energi yang dihasilkan oleh tubuh sehingga setiap gerakannya tidak maksimal (Asmara, 2019).

Hasil penelitian yang ditemukan sesuai dengan penelitian yang dilakukan Rudiyanto, (2012) dimana 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).

Siswa yang memiliki nilai indeks massa tubuh dengan kategori berat badan berlebih (*overweight*), cenderung memiliki *power* untuk melakukan lompatan yang didapatkan tidak akan maksimal. Pendapat tersebut juga didukung oleh penelitian Pamungkas (2018) di mana bahwa ada korelasi antara indeks massa tubuh dengan *power* untuk melompat.

Hasil hubungan antara indeks massa tubuh dengan kemampuan melompat juga searah dengan penelitian Putu Bagus (2022) yang menemukan hubungan signifikan tidak searah bahwa semakin besar indeks massa tubuh maka semakin rendah kemampuan untuk melompat karena nilai daya ledak otot tungkai yang didapatkan tidak maksimal.

Hasil observasi yang dilakukan pada saat sampel meloncat, sampel dengan indeks massa tubuh yang tinggi cenderung mengalami keterbatasan pada saat melakukan loncatan. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kumbara (2017) melompat tidak hanya cukup dengan kualitas fisik yang prima, tetapi seseorang harus memiliki kebutuhan kalori 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 di mana siswa yang memiliki berat badan yang berlebih akan sangat sulit membawa badan dalam melakukan lompatan.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh dengan kemampuan melompat pada siswa kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan, data penelitian ini didapatkan secara pribadi dengan instrument indeks massa tubuh dan menggunakan *vertical jump test*. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna, diantaranya:

1. Peneliti tidak dapat mengukur faktor lainnya seperti nutrisi, kemampuan fisik, kekuatan otot, dan antropometri.

### **D. Implikasi Penelitian**

1. Implikasi Penelitian Fisioterapi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan menambah acuan pembaharuan penelitian pada bidang ilmu kesehatan, terutama pada bidang fisioterapi, dalam kajian mengenai Hubungan antara Indeks Massa Tubuh Dengan Kemampuan Melompat pada Siswa Kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan.

## 2. Implikasi Profesi Fisioterapi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi materi dalam melaksanakan promosi kesehatan kepada siswa kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan agar dapat menjaga indeks massa tubuh.

## 3. Implikasi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan dalam teori dan informasi mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan kemampuan melompat pada siswa kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan.

## 4. Implikasi Siswa di Sekolah Dasar Muhammadiyah Lamongan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan edukasi, sehingga meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya menjaga indeks massa tubuh.