



## PEMETAAN *GROSS MOTOR SKILLS* DAN *BODY MASS INDEX* PADA PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR NEGERI KELAS RENDAH

Nida Qowiyatul Amaliya<sup>1</sup>□, Febrita Paulina Heynoek<sup>2</sup>, Rama Kurniawan<sup>3</sup>

Universitas Negeri Malang

e-mail korespondensi: nida.qowiyatul.1906116@students.um.ac.id<sup>1</sup>□

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima: Oktober-2023

Disetujui: November-2023

Dipublikasikan : Desember-2023

*Kata Kunci:*

*gross motor skills, body mass index.*

### Abstrak

Keterampilan motorik dan indeks massa tubuh memiliki peranan penting dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Keterampilan motorik sangat penting dalam tahapan perkembangan siswa untuk bekal di masa mendatang. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran keterampilan motorik kasar dan indeks massa tubuh pada peserta didik SDN kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan rancangan survei, data dikumpulkan menggunakan instrumen *Test of Gross Motor Development second edition (TGMD-2)* dan pengukuran indeks massa tubuh berdasarkan umur (IMT/U) yang dianalisis dengan teknik persentase. Hasil analisis data dari tes keterampilan motorik kasar menunjukkan bahwa peserta didik laki-laki dan perempuan kelas rendah mendapatkan kategori rata-rata. Sedangkan hasil pada pengukuran indeks massa tubuh berdasarkan umur, peserta didik laki-laki dan perempuan kelas rendah memperoleh kriteria normal. Disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar dan indeks massa tubuh pada peserta didik SDN kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang mendapatkan kategori rata-rata dan normal.

### Abstract

*Motor skills and body mass index have an important role in carrying out daily activities, because every activity carried out requires these things. Motor skills are very important in students' development stages for future preparation. The aim of this research was to determine the description of gross motor skills and body mass index in low class elementary school students in Blimbing District, Malang City. This research used a quantitative descriptive method with a survey design, data was collected using the Test of Gross Motor Development second edition (TGMD-2) instrument and body mass index measurements based on age (BMI/U) were analyzed using percentage techniques. The results of data analysis from the gross motor skills test show that low class male and female students got the average category. Meanwhile, the results of measuring body mass index based on age, low grade male and female students obtained normal criteria. It was concluded that the gross motor skills and body mass index of low class State Elementary School students in Blimbing District, Malang City were in the average and normal categories.*

□ Alamat korespondensi: nida.qowiyatul.1906116@students.um.ac.id  
E-mail: pjg.journal@um.ac.id

## PENDAHULUAN

Peserta didik yang berkualitas ditentukan oleh faktor penentu keberhasilan yaitu dengan memanfaatkan peluang pada masa keemasan dalam periodisasi pertumbuhan dan perkembangan manusia. Usia emas atau *golden age* akan menjadi penentu bagi bangsa yang akan datang, sehingga perlu dimulai dari usia dini seperti pada kelas rendah Sekolah Dasar. Karena pada masa tersebut peserta didik memiliki daya ingat yang kuat. Peserta didik cenderung memperhatikan, melihat, mengamati, dan mempraktikkan apa yang sudah mereka rekam di dalam otak (Mahfud & Yuliandra, 2020). Setiap peserta didik memiliki karakteristik yang berbeda-beda, karakteristik anak usia Sekolah Dasar kelas rendah adalah enam sampai sembilan tahun. Usia tersebut memiliki kecenderungan, seperti senang bermain, senang bergerak, dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Sehingga pendidik perlu mengetahui dan memahami karakteristik tersebut untuk memudahkan proses pembelajaran (Hanifah et al., 2020).

Ketika anak sudah masuk usia sekolah, seharusnya telah memiliki keterampilan motorik yang baik disesuaikan dengan usia, serta dapat beradaptasi dengan kondisi lingkungannya. Keterampilan motorik peserta didik dapat dipacu melalui pembelajaran PJOK di sekolahnya. Hal ini sesuai dengan capaian pembelajaran (CP) PJOK dalam kurikulum merdeka bahwa peserta didik memiliki kemampuan keterampilan berupa pola gerak dasar dan keterampilan gerak (*motor skills*) yang baik, tertuang dalam (Keputusan Kepala Badan Standar, Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Nomor 008/H/KR/2022 Tentang Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini Jenjang Pendidikan Dasar Dan Jenjang Pendidikan Menengah pada Kurikulum Merdeka, 2022). Capaian pembelajaran PJOK terbagi beberapa fase, pada kelas rendah termasuk dalam fase A dan B. Tujuan dari pembelajaran PJOK, yaitu mengembangkan kesadaran tentang arti penting aktivitas jasmani untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta gaya hidup aktif sepanjang hayat, mengembangkan pola gerak dasar dan keterampilan gerak (motorik) yang dilandasi dengan penerapan konsep, prinsip, strategi, dan taktik secara umum sesuai dengan kemampuan. Menurut Purwanto & Baan, (2022) disimpulkan bahwa aktivitas PJOK dapat meningkatkan keterampilan motorik peserta didik. Keterampilan motorik sangat penting dalam tahapan perkembangan peserta didik untuk bekal di masa depan. Semakin baik keterampilan motorik seseorang, maka dapat dimungkinkan bahwa daya kerjanya akan menjadi lebih baik dan sebaliknya (Yudanto & Alfian, 2020). Ada dua keterampilan motorik yang perlu kita ketahui, salah satunya keterampilan motorik kasar (*gross motor skills*). Keterampilan motorik kasar ini melibatkan otot besar yang mengkoordinasikan gerakan tubuh dan berperan penting dalam melakukan aktivitas sehari-hari, seperti berlari, menarik, mendorong, menangkap (Mahfud & Fahrizqi, 2020). *Gross motor skills* seorang peserta didik dapat diketahui melalui gerak nonlokomotor, lokomotor dan manipulatif yang tergolong dalam keterampilan motorik dasar. Hal ini memiliki perbedaan karakteristik dilihat dari cara peserta didik melakukan gerakan tersebut (Nur et al., 2017).

*Body Mass Index* memiliki manfaat untuk mengetahui keadaan tubuh seseorang baik itu kegemukan atau kurus melalui perhitungan berat badan dibagi tinggi badan kuadrat, sehingga *Body Mass Index* salah satu cara untuk mengukur keadaan idealnya tubuh manusia (Diyono, 2019). *Body Mass Index* memiliki manfaat untuk mengetahui keadaan tubuh seseorang baik itu kegemukan atau kurus melalui perhitungan berat badan dibagi tinggi badan kuadrat, sehingga *Body Mass Index* salah satu cara untuk mengukur keadaan idealnya tubuh manusia. *Body Mass Index* merupakan salah satu bagian yang sangat penting dari aktivitas jasmani untuk tujuan pendidikan jasmani. Beberapa faktor yang mempengaruhi berat badan ataupun tinggi badan seseorang yaitu faktor keturunan, lemak, dan olahraga (Dewi, 2015). Kebutuhan energi untuk aktivitas fisik seseorang atau Basal Metabolic Rate (BMR) dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, dan komposisi tubuh. Kebutuhan energi dan aktivitas fisik diperoleh dari perkiraan nilai BMR dikali usia ditambahkan nilai BMR sesuai dengan jenis kelamin (Wilda Welis, 2013). Oleh karena itu, untuk mencegah kelebihan berat badan dan obesitas pada peserta didik perlu dilakukan aktivitas fisik yang sesuai, aman dan efektif dalam upaya menurunkan berat badan (Primasoni, 2021). Gerak yang dilakukan saat berolahraga sangat berbeda dengan gerak saat menjalankan aktivitas sehari-hari seperti berdiri, duduk atau hanya menggunakan tangan. Pengukuran *Body Mass Index* memiliki kelebihan yaitu lebih mudah digunakan, murah, dan aman, serta metodenya juga lebih sederhana dibandingkan dengan pengukuran status gizi lainnya (Widardo et al., 2018).

Berdasarkan hasil penelitian terkait yang dilakukan oleh Siddiq & Wiguno, (2022) bahwa penelitian ini sangatlah penting bagi guru PJOK untuk menentukan tindakan lebih lanjut. Pendapat yang dikemukakan oleh Mustafa & Sugiharto, (2020) bahwa pendidik harus menjadi motivator dan perantara dalam membentuk keterampilan motorik yang baik pada peserta didik. Oleh karena itu, implementasi dan tingkat pemahaman pendidik dalam memberi fasilitas terhadap peserta didik sangat penting. Pemahaman awal pendidik tentang keterampilan motorik kasar sebagai diagnostik pembelajaran untuk mengembangkan rancangan pembelajaran yang sesuai dengan kompetensi dan kondisi peserta didik. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan *pre-test* untuk mengetahui keterampilan motorik kasar dan tumbuh kembang peserta didik sebelum melanjutkan ke materi yang lebih kompleks. Selain itu juga, dapat dilakukan untuk penilaian sumatif sebagai proses evaluasi terhadap kemampuan peserta didik dalam memahami materi yang sudah diberikan. Penelitian ini penting untuk dilakukan sebab unsur dalam keterampilan motorik lebih sering dilakukan guna meningkatkan aspek kehidupan. Keterampilan motorik peserta didik sangat penting untuk diperhatikan, agar tidak terjadinya keterlambatan perkembangan di masa yang akan datang terkait kesehatan, perubahan ukuran tubuh dapat dengan mudah dideteksi menggunakan panca indera yang bisa menimbulkan rasa tidak percaya diri pada peserta didik (Fitriani & Adawiyah, 2018). Peserta didik memerlukan dorongan untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan aktivitas gerak dasar.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti kepada ketua KKGO Kecamatan Blimbing pada tanggal 12 Mei 2023, bahwa di SDN Kecamatan Blimbing Kota Malang belum pernah melakukan tes *Gross Motor Skills* menggunakan instrumen *TGMD-2* dan pengukuran *Body Mass Index*

berdasarkan umur terhadap peserta didik kelas rendah. Hal yang sama juga diungkapkan ketika peneliti melakukan observasi dan wawancara langsung pada tanggal 14-18 Mei 2023 ke beberapa SDN di Kecamatan Blimbing Kota Malang dengan pendidik PJOK yang mengajar di kelas rendah, bahwa belum pernah dilakukannya tes *Gross Motor Skills* dan pengukuran *Body Mass Index*. Namun, pada saat peserta didik masih kelas satu pernah dilakukan skrining penyakit luar oleh pihak puskesmas. Peneliti melakukan studi pendahuluan melalui *google form* dengan wawancara secara tertutup bahwa dari total 26 responden, 19 responden (73,1%) mengatakan belum pernah dilakukannya tes keterampilan motorik kasar dan indeks massa tubuh. Serta 23 responden (88,5%) dari total 26 responden mengatakan perlu dilakukan tes keterampilan motorik kasar dan pengukuran indeks massa tubuh. Tes dan pengukuran tersebut perlu dilakukan pada siswa SD terutama oleh guru PJOK untuk mengetahui gambaran *gross motor skills* dan pengukuran *Body Mass Index*, karena hal tersebut sangat penting untuk dilakukan khususnya pada siswa kelas rendah. Ketika terjadi wabah Covid-19 pada tahun 2020 pembelajaran dilakukan secara *online* (88,5%), sehingga siswa memiliki keterbatasan yang dapat menjaga dan meningkatkan keterampilan motoriknya.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pemetaan *Gross Motor Skills* dan *Body Mass Index* pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri kelas rendah”. Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengkaji gambaran *Gross Motor Skills* dan *Body Mass Index* pada peserta didik SDN kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang. Sehingga, peserta didik dapat diketahui keterampilan motorik atau keterampilan gerak yang baik dan benar sejak dini serta tumbuh kembang peserta didik sesuai dengan usianya. Dengan adanya penelitian ini, harapan peneliti dapat memberi kontribusi terkait pelaksanaan proses pembelajaran PJOK di sekolah.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan menerapkan pendekatan survei. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk memberikan deskripsi atau gambaran secara sistematis, faktual dengan menggunakan angka-angka secara objektif, dimulai dari pengumpulan data, interpretasi data hingga bentuk dan hasil (Budiwanto, 2017). Dalam penelitian deskriptif tidak untuk menguji hipotesis atau saling mencari hubungan antar variabel.

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Blimbing Kota Malang pada peserta didik kelas rendah dengan jumlah sampel 144 peserta didik terdiri dari 72 siswa laki-laki dan 72 siswa perempuan. Pemilihan sampel yang diambil dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini dilakukan karena adanya pertimbangan tertentu, seperti keterbatasan dana, waktu, tenaga, jarak ke lokasi yang jauh dan disesuaikan dengan karakteristik yang diinginkan serta untuk memperoleh sampel yang representatif (Winarno, 2013). Karakteristik pada pengambilan sampel dalam penelitian ini terdiri dari sekolah dasar inti dan sekolah dasar imbas, peserta didik laki-laki dan perempuan, peserta didik kelas 1, 2, dan 3. Sampel dalam penelitian ini diharapkan dapat memberi tingkat kepercayaan sebesar 90% dengan batas toleransi kesalahan atau

yang disebut taraf signifikansi sebesar 10% yang dihitung menggunakan rumus slovin (Yakin, 2023) (Yakin, 2023). Karena semakin kecil batas toleransi kesalahan yang digunakan, maka semakin akurat sampel akan mewakili populasi (Budiwanto, 2017).

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah instrumen tes dan pengukuran, yaitu instrumen yang memuat indikator *Gross Motor Skills* dan *Body Mass Index*. Dengan demikian, peneliti menggunakan *Test Gross Motor Development Second Edition* atau *TGMD-2nd Edition* (Ulrich & Sanford, 2000) untuk mengukur keterampilan motorik kasar peserta didik kelas rendah anak usia 7-10 tahun. Tes ini mencakup 12 komponen gerak yang di kategorikan menjadi dua subvariabel, yaitu *locomotor* dan *object control*. Yang termasuk dalam tes *locomotor* yaitu *run* (lari), *gallop* (berderap), *hop* (melompat), *leap* (melompati objek), *horizontal jump* (lompat mendarat), dan *slide* (bergeser). Sedangkan, kategori *Object Control*, yaitu *striking a stationary ball* (memukul bola diam), *stationary dribble* (memantulkan bola), *catch* (menangkap), *kick* (menendang), *overhand throw* (melempar dari atas) dan *underhand roll* (lemparan dari bawah).

*TGMD-2* pertama kali dikembangkan di Amerika Serikat, dan telah dikonfirmasi sebagai alat penilaian yang handal, valid, dan terstandarisasi dengan baik untuk mengukur perkembangan keterampilan motorik kasar anak kecuali anak berkebutuhan khusus. *TGMD-2* ini merupakan ukuran keterampilan motorik kasar yang valid dan dapat digunakan dengan percaya diri (Ulrich & Sanford, 2000). Di Indonesia, instrumen ini sudah dilakukan uji validitas dan tingkat reliabilitas dengan hasil yang sangat tinggi dengan derajat koefisien korelasi senilai 0,765 (Apriyani et al., 2018). Tes *Gross Motor Skills* ini dilakukan dua kali percobaan dalam pengambilan data. Instrumen yang digunakan dalam pengukuran *Body Mass Index* yaitu menggunakan standar antropometri anak dengan indikator mengukur berat badan dan tinggi badan dihitung berdasarkan rumus  $IMT/U$  (Indeks Massa Tubuh menurut umur) yang dikonversikan ke dalam nilai *z-score* pada anak usia 5-18 tahun mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. Pengukuran *Body Mass Index* ini dilakukan satu kali dengan menggunakan alat timbangan untuk pengukur berat badan dan *microtoise* atau *stadiometer* untuk mengukur tinggi badan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis data menggunakan teknik persentase untuk menentukan kategorisasi sebagai pemaknaan data. Teknik presentase dapat memberikan gambaran yang mudah dalam menganalisis atau mengetahui data yang terbanyak dalam suatu persentase (%) (Eddy Purnomo, 2021). Adapun tahapan dalam pengumpulan data yaitu, tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pelaporan hasil penelitian. Dalam pengumpulan data peneliti langsung terjun ke lokasi penelitian untuk mendapatkan data yang akurat. Setelah mendapatkan seluruh data yang diperlukan, peneliti mengolah data mentah sesuai norma *TGMD-2* dan  $IMT/U$  selanjutnya dilakukan analisis persentase agar dapat memaknai data dan menarik kesimpulan yang objektif.

**HASIL**

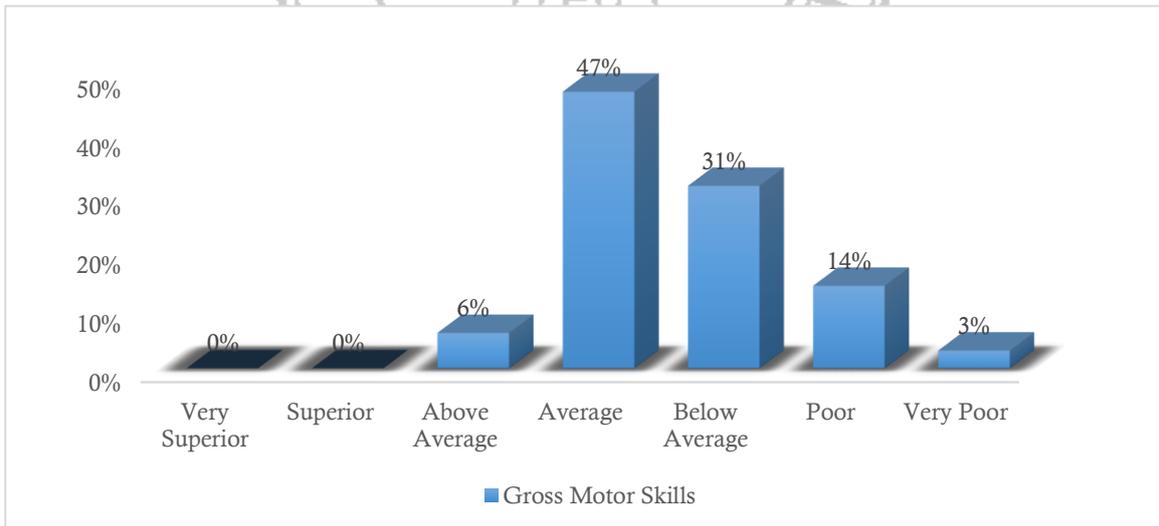
Hasil dari penelitian yang dilakukan melalui proses pengambilan data pemetaan *gross motor skills* dan *body mass index* pada peserta didik SDN kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang dengan menggunakan instrumen *Test of Gross Motor Development (TGMD-2)* dan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) berdasarkan umur yang dikonversikan ke dalam nilai z-score untuk anak usia 5-18 tahun. Total sampel pada peserta didik kelas rendah berjumlah 144 di SDN Kecamatan Blimbing Kota Malang yang memiliki keterampilan motorik kasar dan indeks massa tubuh dengan beraneka ragam. Berikut adalah hasil tes *Gross Motor Skills* peserta didik dan pengukuran *Body Mass Index* setelah dimasukkan dalam bentuk nilai, persentase, diagram, dan deskriptif terbagi dari data laki-laki dan perempuan serta hasil keseluruhan kelas.

**Hasil Gross Motor Skills**

Hasil Gross Motor Skills peserta didik kelas rendah adalah sebagai berikut.

**Tabel 1. Deskripsi Data Hasil *Gross Motor Skills* pada Peserta Didik Laki-laki Kelas Rendah**

No	Gross Motor Quotients	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	> 130	0	0%	Very Superior
2	121 – 130	0	0%	Superior
3	111 – 120	4	6%	Above Average
4	90 – 110	34	47%	Average
5	80 – 89	22	31%	Below Average
6	70 – 79	10	14%	Poor
7	< 70	2	3%	Very Poor
<b>Jumlah</b>		<b>72</b>	<b>100%</b>	



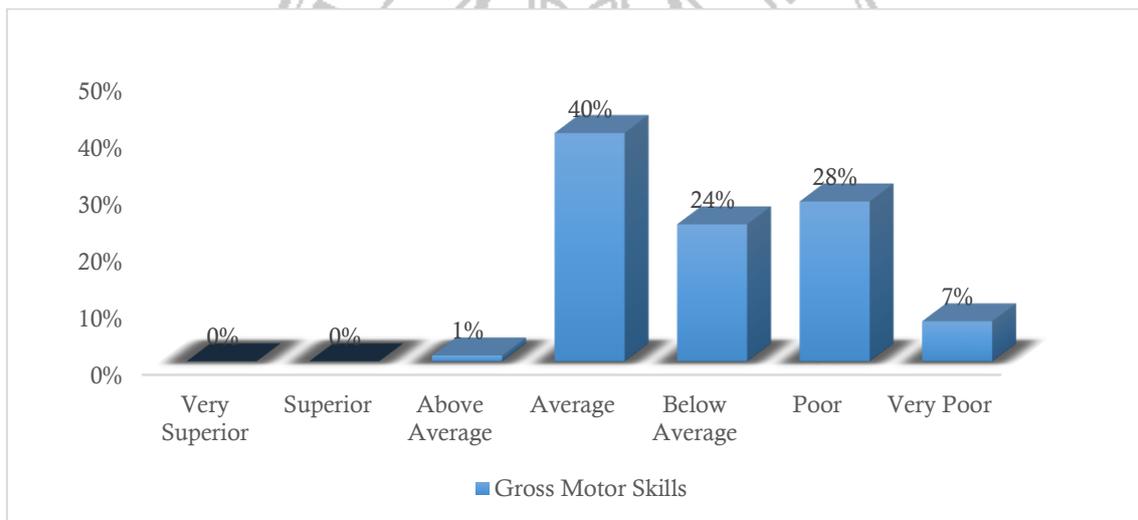
**Gambar 1. Diagram Hasil *Gross Motor Skills* pada Peserta Didik Laki-laki Kelas Rendah**

Berdasarkan sajian data tersebut, hasil tes *Gross Motor Skills* peserta didik laki-laki kelas rendah SDN di Kecamatan Blimbing Kota Malang dijelaskan bahwa pada persentase paling tinggi ialah pada kategori *average* (rata-rata), terdapat 34 peserta didik memperoleh skor 90-110 dengan persentase 47%.

Pada kategori *below average* (dibawah rata-rata), terdapat 22 peserta didik memperoleh skor 80-89 dengan persentase 31%. Untuk kategori *Poor* (kurang), terdapat 10 peserta didik memperoleh skor 70-79 dengan persentase 14%. Sedangkan, kategori *above average* (diatas rata-rata), terdapat 4 peserta didik memperoleh skor 111-120 dengan persentase 6%. Serta kategori *very poor* (sangat kurang), terdapat 2 peserta didik memperoleh skor <70 dengan persentase 3%. Tidak terdapat peserta didik yang mendapatkan skor dengan kategori *very superior* (sangat baik), *superior* (baik).

**Tabel. 2 Deskripsi Data Hasil *Gross Motor Skills* pada Peserta Didik Perempuan Kelas Rendah**

No	Gross Motor Quoetients	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	> 130	0	0%	Very Superior
2	121 – 130	0	0%	Superior
3	111 – 120	1	1%	Above Average
4	90 – 110	29	40%	Average
5	80 – 89	17	24%	Below Average
6	70 – 79	20	28%	Poor
7	< 70	5	7%	Very Poor
<b>Jumlah</b>		<b>72</b>	<b>100%</b>	



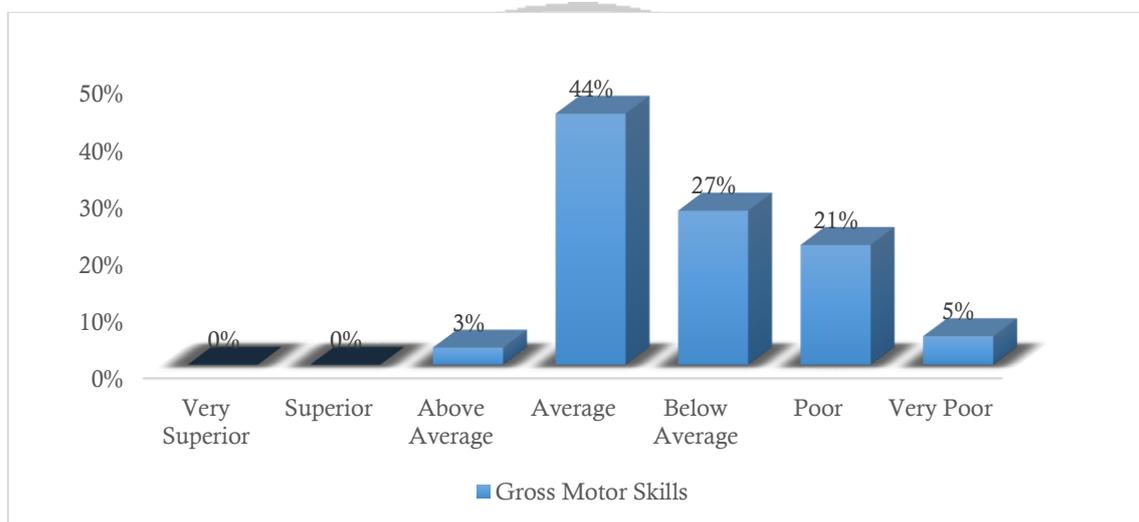
**Gambar 2. Diagram Hasil *Gross Motor Skills* pada Peserta Didik Perempuan Kelas Rendah**

Berdasarkan sajian data di atas, hasil tes *Gross Motor Skills* peserta didik perempuan kelas rendah SDN di Kecamatan Blimbing Kota Malang dijelaskan bahwa pada persentase paling tinggi ialah pada kategori *average* (rata-rata), terdapat 29 peserta didik memperoleh skor 90-110 dengan persentase 40%. Untuk kategori *Poor* (kurang), terdapat 20 peserta didik memperoleh skor 70-79 dengan persentase 28%. Pada kategori *below average* (dibawah rata-rata), terdapat 17 peserta didik memperoleh skor 80-89 dengan persentase 24%. Sedangkan, kategori *very poor* (sangat kurang), terdapat 5 peserta didik memperoleh skor <70 dengan persentase 7%. Serta kategori *above average* (diatas rata-rata) terdapat 1 peserta didik memperoleh skor 111-120 dengan persentase 1%. Tidak

terdapat peserta didik yang mendapatkan skor dengan kategori *very superior* (sangat baik), *superior* (baik).

**Tabel 3. Deskripsi Data Hasil *Gross Motor Skills* pada Peserta Didik Kelas Rendah**

No	Gross Motor Quotients	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	> 130	0	0%	Very Superior
2	121 – 130	0	0%	Superior
3	111 – 120	5	3%	Above Average
4	90 – 110	63	44%	Average
5	80 – 89	39	27%	Below Average
6	70 – 79	30	21%	Poor
7	< 70	7	5%	Very Poor
<b>Jumlah</b>		<b>144</b>	<b>100%</b>	



**Gambar 3. Diagram Hasil *Gross Motor Skills* pada Peserta Didik Kelas Rendah**

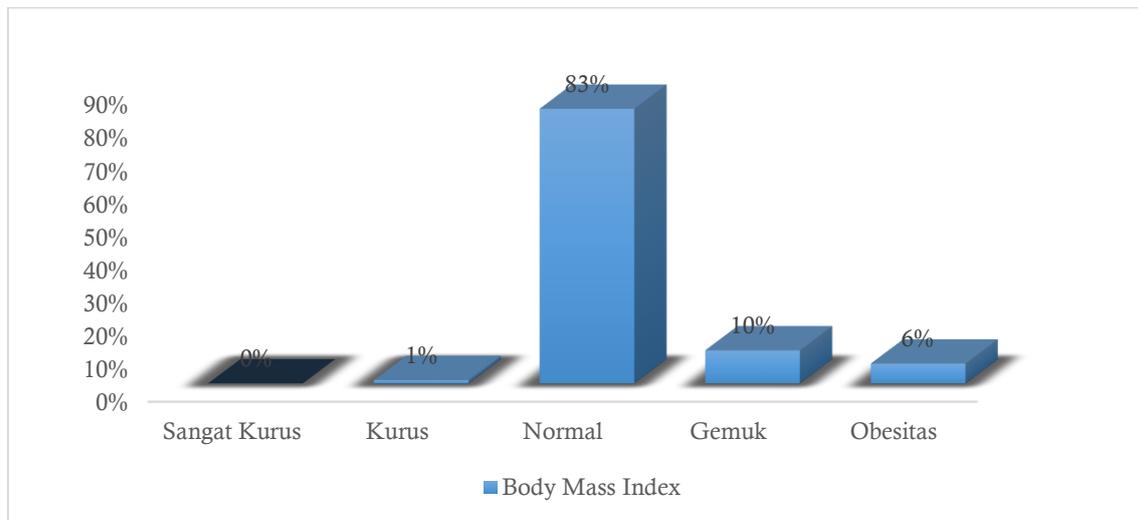
Berdasarkan sajian data tersebut, hasil tes *Gross Motor Skills* peserta didik kelas rendah secara keseluruhan SDN di Kecamatan Blimbing Kota Malang dijelaskan bahwa pada persentase paling tinggi ialah pada kategori *average* (rata-rata), terdapat 63 peserta didik memperoleh skor 90-110 dengan persentase 44%. Pada kategori *below average* (dibawah rata-rata), terdapat 39 peserta didik memperoleh skor 80-89 dengan persentase 27%. Untuk kategori *Poor* (kurang), terdapat 30 peserta didik memperoleh skor 70-79 dengan persentase 21%. Sedangkan, kategori *very poor* (sangat kurang), terdapat 7 peserta didik memperoleh skor <70 dengan persentase 5%. Serta kategori *above average* (diatas rata-rata) terdapat 5 peserta didik memperoleh skor 111-120 dengan persentase 3%. Tidak terdapat peserta didik yang mendapatkan skor dengan kategori *very superior* (sangat baik), *superior* (baik).

**Hasil Body Mass Index**

Hasil Body Mass Index peserta didik kelas rendah adalah sebagai berikut.

**Tabel. 4 Deskripsi Data Hasil *Body Mass Index* pada Peserta Didik Laki-laki Kelas Rendah**

No	IMT	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	<-3 SD	0	0%	Sangat Kurus
2	-3 SD sd <-2 SD	1	1%	Kurus
3	-2 SD sd +1 SD	60	83%	Normal
4	+1 SD sd +2 SD	7	10%	Gemuk
5	>+2 SD	4	6%	Obesitas
<b>Jumlah</b>		<b>72</b>	<b>100%</b>	

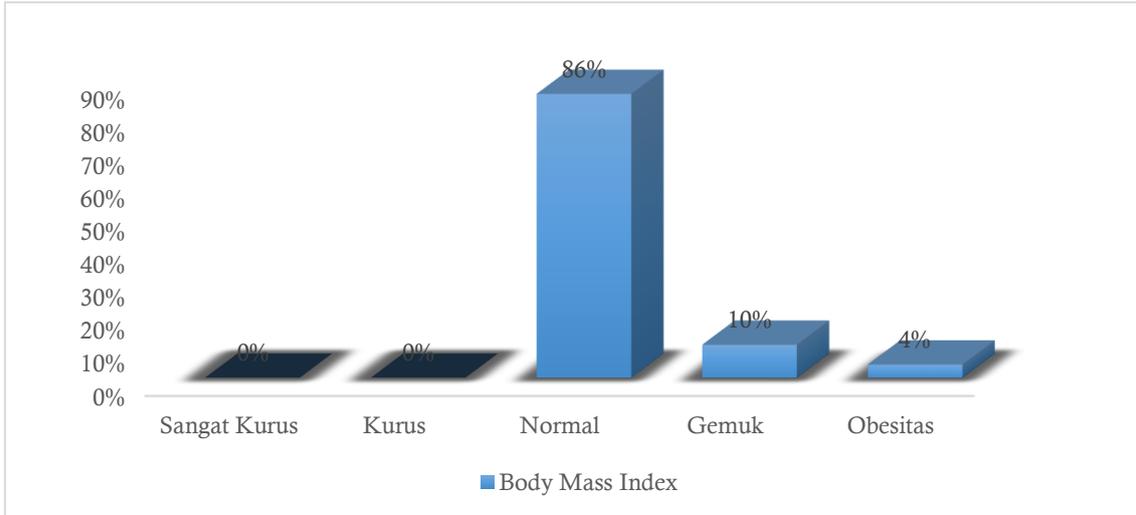


**Gambar 4. Diagram Hasil *Body Mass Index* pada Peserta Didik Laki-laki Kelas Rendah**

Berdasarkan paparan data tersebut, hasil pengukuran *Body Mass Index* peserta didik laki-laki kelas rendah SDN di Kecamatan Blimbing Kota Malang dijelaskan bahwa terdapat 1 peserta didik (1%) tergolong kategori kurus. 60 peserta didik (83%) tergolong kategori normal. 7 peserta didik (10%) tergolong kategori gemuk. 4 peserta didik (6%) tergolong kategori obesitas. Tidak terdapat peserta didik dengan kategori sangat kurus pada hasil *Body Mass Index* peserta didik laki-laki kelas rendah.

**Tabel 5. Deskripsi Data Hasil *Body Mass Index* pada Peserta Didik Perempuan Kelas Rendah**

No	IMT	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	<-3 SD	0	0%	Sangat Kurus
2	-3 SD sd <-2 SD	0	0%	Kurus
3	-2 SD sd +1 SD	62	86%	Normal
4	+1 SD sd +2 SD	7	10%	Gemuk
5	>+2 SD	3	4%	Obesitas
<b>Jumlah</b>		<b>72</b>	<b>100%</b>	

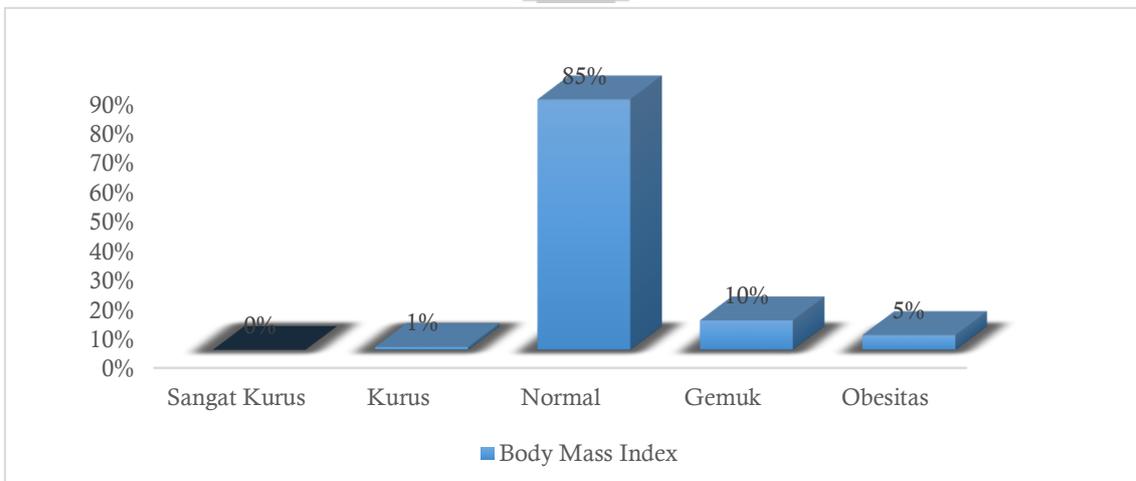


**Gambar 5. Diagram Hasil *Body Mass Index* pada Peserta Didik Perempuan Kelas Rendah**

Berdasarkan paparan data tersebut, hasil pengukuran *Body Mass Index* peserta didik perempuan kelas rendah SDN di Kecamatan Blimbing Kota Malang dijelaskan bahwa 62 peserta didik (86%) tergolong kategori normal. 7 peserta didik (10%) tergolong kategori gemuk. Serta 3 peserta didik (4%) tergolong kategori obesitas. Tidak terdapat peserta didik dengan kategori sangat kurus dan kurus pada hasil *Body Mass Index* peserta didik perempuan kelas rendah.

**Tabel 6. Deskripsi Data Hasil *Body Mass Index* pada Peserta Didik Kelas Rendah**

No	IMT	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	<-3 SD	0	0%	Sangat Kurus
2	-3 SD sd <-2 SD	1	1%	Kurus
3	-2 SD sd +1 SD	122	85%	Normal
4	+1 SD sd +2 SD	14	10%	Gemuk
5	>+2 SD	7	5%	Obesitas
<b>Jumlah</b>		<b>144</b>	<b>100%</b>	



**Gambar 6. Diagram Hasil *Body Mass Index* pada Peserta Didik Kelas Rendah**

Berdasarkan paparan data tersebut, hasil pengukuran *Body Mass Index* peserta didik kelas rendah secara keseluruhan SDN di Kecamatan Blimbing Kota Malang dijelaskan bahwa terdapat 1 peserta didik (1%) tergolong kategori kurus. 122 peserta didik (85%) tergolong kategori normal. 14 peserta didik (10%) tergolong kategori gemuk. Serta 7 peserta didik (5%) tergolong kategori obesitas. Tidak terdapat peserta didik dengan kategori sangat kurus pada hasil *Body Mass Index* peserta didik kelas rendah secara keseluruhan.

## PEMBAHASAN

Keterampilan motorik merupakan kemampuan dalam melakukan gerakan secara efisien berkaitan dengan kemampuan fisik berupa kualitas koordinasi dan pengendalian bagian tubuh yang melibatkan gerak serta diciptakan oleh faktor lingkungan atau hasil belajar (Logan et al., 2014). Keterampilan motorik terbagi menjadi keterampilan motorik halus (*fine motor skills*) dan keterampilan motorik kasar (*gross motor skills*). Keterampilan motorik halus merupakan kemampuan gerak yang dipengaruhi oleh otot-otot kecil sebagai peran utama pada tubuh. Sedangkan, keterampilan motorik kasar melibatkan otot-otot besar pada tubuh. Pada keterampilan motorik kasar terdapat komponen berupa gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif (Mustafa & Sugiharto, 2020). Menurut Sutapa (2022), Gerakan lokomotor merupakan kemampuan berpindah dari tempat satu ke tempat yang lain, contohnya berjalan, berlari, berguling, meloncat, melompat, melangkah atau bergeser. Gerakan non-lokomotor adalah kemampuan yang tidak disertai dengan merubah posisi (tidak ada perpindahan tempat), contohnya menekuk, menarik, mendorong, memutar, mengangkat, menurunkan. Gerakan manipulatif merupakan kemampuan yang berupaya menyalurkan gaya (*force*) ke objek atau benda tertentu dan sebaliknya (menggunakan alat bantu), contohnya gerakan memukul, menendang bola, menangkap bola, melempar, menggelindingkan.

*Body Mass Index* merupakan cara sederhana untuk mengklasifikasikan berat badan seseorang melalui rasio pengukuran berat badan (kg) terhadap tinggi badan (m) kuadrat (Yugan et al., 2023). *Body Mass Index (BMI)* menjadi salah satu alat ukur yang dapat memantau pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Hal tersebut dapat diketahui dengan kategori berat badan peserta didik. Namun, hasil dari *Body Mass Index* tidak bersifat tetap, karena perubahan pada diri peserta didik terkait dengan berat badan dan tinggi badan dapat mempengaruhi hasil *Body Mass Index* seiring dengan berjalannya usia peserta didik. Pengukuran *Body Mass Index* ini dinilai murah dan mudah untuk dilakukan dalam mengkategorikan berat badan serta sebagai upaya pemutus masalah gizi pada peserta didik. Menurut DuBose et al., (2018) peserta didik yang memiliki *Body Mass Index* dengan kategori berlebih akan memiliki resiko tinggi dan terjadi masalah kesehatan, peserta didik yang kelebihan berat badan menunjukkan rendahnya aktivitas fisik yang dilakukan, kurangnya aktivitas fisik akan berpengaruh pada motorik peserta didik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *Gross Motor Skills* dan *Body Mass Index* pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang. Berdasarkan analisis data yang sudah dilakukan, diperoleh gambaran *Gross Motor Skills* pada peserta

didik kelas rendah di SDN Kecamatan Blimbing Kota Malang berada pada kategori *average* (rata-rata) dengan persentase 44%. Sedangkan, berdasarkan gambaran *Body Mass Index* pada peserta didik SDN kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang berada pada persentase 85% dengan kategori normal.

Faktor yang mempengaruhi hasil *Gross Motor Skills* dan *Body Mass Index* pada peserta didik kelas rendah dimungkinkan karena kurangnya melakukan aktivitas yang dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar, seperti berlari, memukul, menendang. Pengalaman peneliti ketika mengambil data di sekolah ditemukan banyak peserta didik berada di dalam kelas sambil diam, ada yang tidur juga. Peserta didik tidak mendengarkan atau tidak memperhatikan ketika diberikan instruksi oleh peneliti, seperti mengobrol dengan teman, bermain sendiri, dan sering mengeluh untuk melakukan gerak dasar. Sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Khatami (2022), bahwa banyak peserta didik yang cenderung memilih duduk di kelas dan kantin daripada melakukan aktivitas fisik. Selain itu juga, pengaruh dari lingkungan sekitar yang dapat mempengaruhi motorik peserta didik. Penelitian yang dilakukan oleh Ishud & Romadona (2020), berpendapat jika anak kehilangan kesempatan untuk berkembang secara normal karena pengaruh faktor lingkungan, maka berisiko mengalami keterbelakangan di masa depan. Serta peserta didik belum lama melakukan aktivitas di luar ruangan atau olahraga karena adanya wabah Covid-19 (masa pandemi) pada tahun 2020 dan saat ini baru memasuki era endemi berdasarkan Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Penetapan Berakhirnya Status Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) Di Indonesia. Sehingga peserta didik masih perlu meningkatkan keterampilan motorik kasar terutama kelas 2 dan 3, karena ketika memasuki tahun ajaran baru dilakukan pembelajaran secara dalam jaringan (*online*). Hal ini, pembelajaran dilakukan kurang efektif karena gerak dasar perlu diperbaiki dengan benar sejak dini secara langsung oleh pendidik terutama guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Menurut pendapat Muslihin (2020), bahwa orang tua dan pendidik berperan dalam memberi arahan yang baik, agar peserta didik tidak melakukan kesalahan gerak dasar dalam aktivitas yang dilakukan.

Pengukuran *Body Mass Index* juga perlu dilakukan sejak dini, karena untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan pada tubuh peserta didik, agar tidak terjadi hal yang diinginkan seperti keterlambatan dalam tumbuh kembang siswa. Sehingga jika ada peserta didik yang memiliki keterlambatan atau ada gangguan pada tumbuh kembangnya dapat teratasi dengan baik. Kemungkinan terdapat pada gizi yang belum terpenuhi atau kurangnya berolahraga dalam kegiatan sehari-hari. Dalam hal ini, peran orang tua juga sangat penting untuk membantu pendidik dalam menjaga tumbuh kembang dan kesehatan siswa. Namun, hal ini juga tidak menjadi acuan atau patokan bahwasannya peserta didik tidak memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang kurang baik. Apabila berat badan dan tinggi badan mengalami kenaikan maka akan mempengaruhi hasil pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), karena IMT dihitung menggunakan cara berat badan (kg) dibagi dengan tinggi badan kuadrat (m<sup>2</sup>) dan dalam penelitian ini hanya dilakukan satu kali ketika pengambilan data. Seiring berjalannya waktu, peserta didik dapat memahami pentingnya melakukan aktivitas olahraga yang

dapat meningkatkan *Gross Motor Skills* (keterampilan motorik kasar) dan *Body Mass Index* (Indeks Massa tubuh) melalui kegiatan sehari-hari.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dalam penelitian tentang pemetaan *Gross Motor Skills* dan *Body Mass Index* pada peserta didik SDN kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang yang sudah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa *Gross Motor Skills* pada peserta didik SDN kelas rendah di Kecamatan Blimbing Kota Malang memiliki kategori rata-rata dan hasil *Body Mass Index* memiliki kategori normal. Peran guru dan orang tua masih sangat dibutuhkan dalam kegiatan sehari-hari, karena *Gross Motor Skills* dan *Body Mass Index* memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan di masa mendatang peserta didik. Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap guru PJOK dapat mengaplikasikan dan menerapkan tes *Gross Motor Skills* menggunakan instrumen *Test of Gross Motor Development-2*. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian menggunakan instrumen lain seperti, unsur-unsur keseimbangan, kekuatan, kelincahan, kecepatan untuk menggambarkan *gross motor skills* dan pengukuran *Body Mass Index* untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriyani, I., Sun toda, A., Didin, B., & Al, E. (2018). Uji Validitas Dan Reliabilitas Test Of Gross Motor Development-2 (TGMD-2) pada Anak 9 Tahun. *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(229), 40–45.
- Budiwanto, S. (2017). *Metodologi Penelitian dalam Keolahragaan*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Dewi, M. C. (2015). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Obesitas. *Jurnal Majority*, 4(8), 53–56.
- Diyono, S. A. (2019). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Motorik Kasar Pada Anak Usia 8–10 Tahun. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 3(2), 34–40. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v3i2.73>
- DuBose, K. D., Gross McMillan, A., Wood, A. P., & Sisson, S. B. (2018). Joint Relationship Between Physical Activity, Weight Status, and Motor Skills in Children Aged 3 to 10 Years. *Perceptual and Motor Skills*, 125(3), 478–492. <https://doi.org/10.1177/0031512518767008>
- Eddy Purnomo, A. M. (2021). Motivasi Siswa Sekolah Menengah Atas dalam Mengikuti Pembelajaran Daring PJOK Materi Atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(2), 1–9.
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 25. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i01.742>
- Hanifah, H., Susanti, S., & Adji, A. S. (2020). Perilaku Dan Karakteristik Peserta Didik Berdasarkan Tujuan Pembelajaran. *Manazhim*, 2(1), 105–117. <https://doi.org/10.36088/manazhim.v2i1.638>
- Ishud, N. K., & Romadona, N. F. (2020). A Review of The Effect of Nutritional Status on Gross Motor Skills of Early Childhood. *International Conference on Elementary Education*, 2(1), 664–674. <http://proceedings.upi.edu/index.php/icee/article/view/673>

- Keputusan Kepala Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 008/H/KR/2022 Tentang Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini Jenjang Pendidikan Dasar dan Jenjang Pendidikan Men, <https://kurikulum.kemdikbud.go.id/> 8 Agustus 2023 (2022).
- Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 tentang Penetapan berakhirnya Status Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) di Indonesia, <https://peraturan.go.id> 8 Agustus 2023 (2023). Penetapan Berakhirnya Status Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) di Indonesia
- Khatami, M. R. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat Aktivitas Fisik Pada Siswa Kelas 4-6 Di UPT Negeri SD Negeri 133 Gresik Saat Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(1), 225–232.
- Logan, S. W., Robinson, L. E., Rudisill, M. E., Wadsworth, D. D., & Morera, M. (2014). The comparison of school-age children's performance on two motor assessments: the Test of Gross Motor Development and the Movement Assessment Battery for Children. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(1), 48–59. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.726979>
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science and Education Journal*, 1(1), 31–37. <https://doi.org/10.33365/.v1i1.622>
- Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2020). Pengembangan Model Gerak Dasar Keterampilan Motorik Untuk Kelompok Usia 6-8 Tahun. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 54–66. <https://doi.org/10.32528/sport-mu.v1i01.3055>
- Muslihin, H. Y. (2020). Bagaimana Mengajarkan Gerak Lokomotor Pada Anak Usia Dini? *Jurnal Paud Agapedia*, 2(1), 76–88. <https://doi.org/10.17509/jpa.v2i1.24390>
- Mustafa, P. S., & Sugiharto, S. (2020). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Sporta Sainatika*, 5(2), 199–218. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>
- Nur, L., Mulyana, E. H., & Perdana, M. A. (2017). Permainan Bola Kecil Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini pada Kelompok B di TK Pertiwi DWP Kota Tasikmalaya. *Jurnal Paud Agapedia*, 1(1), 53–65. <https://doi.org/10.17509/jpa.v1i1.7161>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak, <https://yankes.kemkes.go.id/> 1 (2020).
- Primasoni, N. (2021). Survei aktivitas fisik untuk anak overweight di sekolah dasar. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 17(2), 109–116. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v17i2.40328>
- Purwanto, D., & Baan, A. B. (2022). Pengaruh Aktivitas Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5669–5678. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3158>
- Siddiq, I. A., & Wiguno, L. T. H. (2022). Survei Pertumbuhan Dan Perkembangan Motorik Kasar Pada Kelas Rendah Usia 7-9 Tahun di SD Se-Gugus 01 Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Sport Science and Health*, 4(5), 444–454. <https://doi.org/10.17977/um062v4i52022p444-454>
- Sutapa, P. (2022). *Pengembangan dan Pembelajaran Motorik pada Usia Dini*. Sleman: PT Kanisius Yogyakarta.

- Ulrich, D., & Sanford, C. (2000). Test of gross motor development: Examiner's manual. In *Research quarterly for exercise and sport* (Vol. 71, Issue 2 Suppl, pp. S59-73).
- Widardo, Wiboworin, B., Wiyono, N., & Dkk. (2018). Buku Manual Keterampilan Klinik Topik Antropometri. *Kementerian Riset, Teknologi, Dan Pendidikan Tinggi Universitas Sebelas Maret Fakultas Kedokteran*, 36, 15–16.
- Wilda Welis, M. S. R. (2013). *Gizi untuk Aktifitas Fisik dan Kebugaran*. [http://repository.unp.ac.id/489/1/BUKU\\_PETUNJUK\\_GIZI\\_UNTUK\\_AKTIFITAS\\_FISIK.pdf](http://repository.unp.ac.id/489/1/BUKU_PETUNJUK_GIZI_UNTUK_AKTIFITAS_FISIK.pdf)
- Winarno, M. E. (2013). *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani* (2nd ed.). Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang (UM Press).
- Yakin, I. H. (2023). *METODOLOGI PENELITIAN (KUANTITATIF & KUALITATIF )* (Issue September). Garut: CV. Aksara Global Akademia.
- Yudanto, & Alfian, T. (2020). The level of motor ability of soccer athletes in the FC UNY Academy in 2020. *Medikora*, 19(2), 98–111. <https://doi.org/10.21831/medikora.v19i2.35045>
- Yugan, E., Amir, Y., & Fitri, A. (2023). Gambaran aktivitas fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada anak usia sekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(2), 6–12.

