

## Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kebugaran jasmani siswa SLTP Negeri di Kecamatan Tanjungkarang Barat Kodya Bandar Lampung tahun 1999

Aridon Anikar, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20316614&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Proporsi tingkat kebugaran jasmani kurang pada anak usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia diketahui masih cukup tinggi, hal ini akan memberi dampak buruk pada daya tahan kerja, kecerdasan, dan produktivitas mereka.

Tujuan penelitian ini adalah ingin mendapatkan informasi tentang proporsi tingkat kebugaran jasmani kurang pada siswa SLTP Negeri dan faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kebugaran jasmani mereka. Penelitian dilaksanakan di Kecamatan Tanjungkarang Barat Kodya Bandar Lampung atas dasar bahwa penelitian semacam ini belum pernah ada dan jumlah SLTP Negeri yang ada di kecamatan tersebut paling banyak dibandingkan kecamatan lainnya di Kodya Bandar Lampung.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah cross sectional dengan jumlah sampel 200 orang siswa kelas I s/d III yang dipilih secara acak sederhana dari 5 SLTP Negeri. Tingkat kebugaran jasmani sampel diukur dengan menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Piagam Presiden Untuk Siswa SMTP, sedangkan analisa data dilakukan dengan metoda regresi logistik. Hipotesa yang diajukan adalah ada hubungan antara faktor jenis kelamin, umur; aktivitas fisik, status gizi, keadaan kesehatan, kebiasaan makan pagi, atau kebiasaan merokok dengan tingkat kebugaran jasmani siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 69,4% dari seluruh siswa yang diteliti ternyata memiliki kebugaran jasmani yang tidak segar. Setelah dikontrol dengan faktor lainnya ternyata status gizi, kebiasaan makan pagi, jenis kelamin, dan keadaan kesehatan siswa merupakan faktor-faktor resiko yang berhubungan dengan tingkat kebugaran jasmani.

Salah satu kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah bahwa kebiasaan makan pagi merupakan faktor yang paling besar tingkat resikonya terhadap kebugaran jasmani siswa, karena siswa yang tidak biasa makan pagi ternyata memiliki resiko untuk mendapatkan kebugaran jasmani yang tidak segar sebesar 14,13 kali lebih tinggi dibandingkan siswa yang biasa makan pagi (POR = 14,13; 95% CI: 1,79 - 111,24; p = 0,0119 ). Saran yang bisa diberikan adalah meningkatkan KIE kepada siswa, guru, dan orang tua murid dalam berbagai kesempatan dan cara tentang pentingnya makan pagi bagi kebugaran jasmani siswa.

.....Milt physical fitness level proportion at teenagers (10-19 year old) in Indonesia has been known still in high level, furthermore that would become a damage effect on work endurance, intellegentia, and their productivity.

The purpose of this research is to get more infomation about ratio of milt physical fitness level at Public Yunior High Schools students and factors that related with their physical fitness level. The research was conducted in West Tanjungkarang Subdistrict Bandar Lampung District, based on there was not any similar research before, and the number of Public Yunior High Schools in this subdistrict are greater than in other subdistricts in Bandar Lampung District.

Moreover, cross sectional analysis was used in this design research. The samples consist of 200 students fiom the first to third grade at 5 Public Yunior High Schools, those were choosen randomly. Physical fitness

level of the samples were measured with the President Charter of Physical Fitness Test for Yunior High School Student.

The data were analyzed with logistic regression method. The submitted hypothesis is there were relationships among sex, age, physical activity, nutritional status, healthiness, breakfast custom, and smoking behavior factor with student physical fitness level.

Further, the result showed that 69.4% of student from the samples had tmitit body. In fact, after it was controlled with another factor, it appeared that nutritional status, breakfast custom, sex, and student health condition were risk factors which related with physical fitness level.