# Studi *Cross-Sectional* perkembangan Kemampuan Lompat Jauh Tanpa Awalan Pada Anak Usia 6 Sampai Dengan 12 Tahun Ditinjau Dari Jenis Kelamin Di Kabupaten Trenggalek

Satria Dwi Candra

Universitas Nahdlatul Ulama Blitar

Satria90.unublitar@gmail.com

#### Tersedia Online di

http://www.jurnal.unublitar.ac.id/index.php/briliant

#### Sejarah Artikel

Diterima pada 25 Januari 2019 Disetuji pada 13 Februari 2019 Dipublikasikan pada 20 Februari 2019 Hal. 56-62

#### Kata Kunci:

Perkembangan Kemampuan Lompat Jauh Tanpa Awalan, Anak, Jenis Kelamin

#### DOI:

http://dx.doi.org/10.28926/briliant .v3i3.268

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perkembangankemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki dan perempuan di jenjang usia 6 dengan 12 tahun di Kabupaten sampai Trenggalek.Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian perkembangan Cross-Sectional (research developmental crosssectional). Sampel vang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik jenjang SD di Kabupaten Trenggalek yang berjumlah 140 anak. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif.Teknik Pengumpulan data menggunakan tes Standing Broad *Jump*. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa rata-rata kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki di Kabupaten Trenggalek tingkatan usia 6 tahun 96,4, usia 7 tahun 114,3, usia 8 tahun 127,8, usia 9 tahun141,8, usia 10 tahun 142,8, usia 11 tahun 155,6, dan usia 12 tahun 158,1. rata-rata kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan di Kabupaten Trenggalek tingkatan usia 6 tahun 86,3,

usia 7 tahun 100,9, usia 8 tahun 105,7, usia 9 tahun 116,1, usia 10 tahun 119,6, usia 11 tahun 126,4, dan usia 12 tahun 128,2. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan di Kabupaten Trenggalek mengalami perkembangan yang konsisten pada tiap tahunnya.Rata-rata perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalananak laki-laki lebih tinggi dari pada pada anak perempuan di Kabupaten Trenggalek.

### **PENDAHULUAN**

Olahraga sebagai aktivitas fisik atau jasmani dapat memberikan kepuasan kepada para pelakunya sebagai kebutuhan individu.Di samping itu juga, kegiatan olahraga pada saat ini telah menempati salah satu kedudukan penting dan merupakan salah satu pekerjaan khusus, baik sebagai tontonan, rekreasi, mata pencaharian, pendidikan, kesehatan, maupun budaya.Melalui kegiatan olahraga dapat meningkatkan taraf hidup seseorang.

Olahraga prestasi bertujuan pada pencapaian prestasi dalam cabang olahraga tertentu. Dalam mencapai prestasi olahraga tidak bisa diperoleh dalam waktu yang singkat atau waktu yang pendek dan jalan pintas. Prestasi olahraga dapat dihasilkan melalui program pembinaan dan pengembangan, secara bertahap dan terus menerus atau berkelanjutan.

Mencapai prestasi olahraga memerlukan waktu dan proses pembinaan jangka panjang, tidak dapat dibuat dan diciptakan dalam waktu yang singkat,

harusmelalui proses pembinaan yang dilakukan sejak usia dini (anak-anak). Karena pada anak-anak kemampuan fungsional sudah dapat dilihat, terutama pada perkembangan anak besar. Anak besar yaitu anak yang berusia antara 6 sampai dengan 10 atau 12 tahun. Perkembangan fisik anak yang terjadi pada masa ini menunjukkan kecendrungan yang berbeda dibandingkan masa sebelumnya atau sesudahnya. Kecendrungan yang terjadi adalah pola kepesatan dan pola pertumbuhan yang berkaitan dengan proporsi ukuran bagian-bagian tubuh. Pertumbuhan fisik anak laki-laki dan perempuan sudah mulai menunjukkan kecendrungan semakin tampak jelas (Sugiyanto, 1991). Pada anak-anak usia 6 sampai dengan 12 tahun sudah terjadi perkembangan dari segi perkembangan fisik, berupa perkembangan komponen biomotorik, diantaranya : kekuatan, fleksibilitas, daya tahan, power dan kemampuan biomotorik lainnya(Gallahue, 1998). Selain pertumbuhan fisik, pada anak-anak usia 6 sampai dengan 12 tahun, sudah terjadinya proses peningkatan kematangan fisiologis pada setiap individu. Pertumbuhan dan tingkat kematangan fisik dan fisiologis membawa dampak pada perkembangan kemampuan fisik. Kemampuan fisik anak, akan berpengaruh terhadap perkembangan keterampilan gerak atau meningkatnya keterampilan berolah raga.

Kabupaten Trenggalek adalah salah satu Kabupaten yang berada di Provinsi Jawa Timur, secara geografis letaknya di pesisir pantai selatan dan mempunyai batas wilayah yang berbatasan di sebelah utara dengan Kabupaten Ponorogo, sebelah timur dengan Kabupaten Tulungagung, sebelah selatan dengan pantai selatan, dan sebelah barat dengan Kabupaten Pacitan.

Kabupaten Trenggalek secara ketinggian tempat terdiri dari 2/3 wilayah daerah pegunungan dan 1/3 lainnya merupakan datara rendah dengan ketinggian sampai 0 sampai dengan 690 meter di atas permukaan laut.Dari keadaan geografistersebut berdampak positif terhadap peningkatan kemampuan fisik tubuh.

Kemampuan *power* otot tungkai, sangat berperan penting dalam berbagai cabang olahraga. Terutama cabang atletik yang terdiri dari: 1). lari, 2). lompat, dan 3) lempar sebagai gerak dasar atletik. Sehingga dengan memiliki komponen biomotorik seperti *power* otot tungkai yang baik diharapkan nantinya bisa berprestasi dengan maksimal pada cabang olahraga terutama cabang olahraga atletik. Begitu pentingnya *power* dalam bidang olahraga maka perlu kiranya pelatih, atlet, guru pendidikan jasmani, serta anak didik, mengetahui seberapa besar kemampuan *power* yang dimiliki, serta dapat mengetahui perkembangan kemampuan*power* otot tungkai selanjutnya. Perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan dapat diketahui dengan menggunakan pengetesan atau pengukuran. Alat ukur atau istrumen yang digunakan untuk mengukur atau mengetes kemampuan lompat jauh tanpa awalan anak usia 6 sampai dengan 12 tahun, dengan menggunakan tes *Standing Broad Jump*(JJhonson R, 1980).

### Rumusan Masalah

Bagaimanakah perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Trenggalek ?

Bagaimanakah perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Trenggalek ?

Bagaimanakah perbandingan antara perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki dan perempuan usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Trenggalek?

## **Tujuan Penelitian**

Mengetahui perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Trenggalek.

Mengetahui perkembangankemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Trenggalek.

Mengetahui perbandingan antara perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki dan perempuan usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Trenggalek.

### **Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi bidang ilmu pengetahuan dan ilmu keolahragaan, yang dikaitkan dengan informasi ilmiah tentang perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak-anak usia 6 sampai dengan 12 tahun, yang ditinjau dari jenis kelamin. Selanjutnya dapat memberikan informasi ilmiah mengenai, perbandingan perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak-anak usia 6 sampai dengan 12 tahun, yang ditinjau dari jenis kelamin.

Penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi ilmiah kepada pembina, pelatih, guru pendidikan jasmani, atlet dan masyarakat secara umum. Yang nantinya, penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu acuan dalam meningkatkan prestasi olahraga yang berhubungan dengan kemampuan lompat jauh tanpa awalan.

Bagi peneliti, penelitian ini merupakan suatu bentuk informasi ilmiah, sehingga penelitian ini bisa dijadikan acuan atau patokan untuk kepentingan penelitian berikutnya, khususnya yang berhubungan dengan kemampuan lompat jauh tanpa awalanatau penelitain secara umum yang berhungan dengan bidang ilmu yang ditekuni yakni ilmu keolahragaan.

### METODOLOGI PENELITIAN

Tempat pelaksanaan penelitian ini bertempat di sekolah SD di Kabupaten Trenggalek. Penelitian di dilaksanakan di SDN 2 Tamanan, SDN 2 Surondakan, SDN 1 Karangsoko, SDN 2 Kelutan Kabupaten Trenggalek.Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih 1,5 bulan dimulai dari pertengahan bulan November sampai bulan Desember Tahun 2018.

Penelitian ini merupakan penelitian perkembangan dengan metode silangsekat (cross sectional method) dan penelitian kausal komparatif. Penelitian perkembangan menurut (Riyanto, 2001)adalah "memusatkan pada variabelvariabel dan perkembangannya selama beberapa kurun waktu. Penelitian ini menyelidiki pola-pola dan perurutan perkembangan dan pertumbuhan, dan bagaimana variabel berhubungan satu sama lain dan memepengaruhi sifat-sifat pertumbuhan dan perkembangan".

Metode yang digunakan dalam penelitian perkembangan ini adalah metode silang-sekat (cross-sectional method) berarti peneliti tidak mempertahankan subyek penelitian yang harus diamati dalam jangka waku yang lama, tapi memunculkan subyek-subyek baru yang mengganti subyek-subyek yang lama, dari berbagai kelompok usia. Kurun waktu yang panjang, diganti dengan pengambilan sempel dari berbagai kelompok usia.

Sedangkan penelitian kausal komparatif bertujuan untuk menyelidiki kemungkinan hubungan sebab-akibat dengan berdasar atas pengamatan terhadap akibat yang ada dan mencari kembali faktor yang mungkin menjadi penyebab melalui data tertentu. Menurut (Sugiyono, 2004)"penelitian kausal komparatif bersifat *ex post facto* yaitu suatu jenis penelitian yang dilakukan untuk meneliti satu jenis pristiwa yang telah terjadi dan kemudian merunut kebelakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut". Penelitian ini menggunakan logika dasar yang sama dengan penelitian eksperimen yaitu jika x maka y, hanya saja dalam penelitian ini tidak ada manipulasi langsung terhadap variabel bebas (*independent variables*) karena fenomena telah terjadi.

Populasi penelitian adalah keseluruhan atau himpunan obyek dengan ciri yang sama(Zainuddin, 1988). Populasi dalam penelitian ini adalah anak-anak lakilaki dan perempuan yang berusia 6 sampai dengan 12 tahun pada jenjang pendidikan Sekolah Dasar (SD) yang ada di Kabupaten Trenggalek.

Sampel adalah bagian dari populasi. Jenis sampel yang diambil harus mencerminkan populasi. Sampel dapat didifinisikan sebagai sembarang himpunan yang merupakan bagian dari populasi(Riyanto, 2001)"Sampel penelitian dapat pula didifinisikan sebagai bagian dari populasi yang akan diteliti dan dapat mewakili populasi secara keseluruhan" (Zainuddin, 1988). Dalam penelitian ini untuk menentukan besarnya sampel penelitian ditentukan dengan teknik Purposive Random Sampling. Teknik Purposive Random Sampling adalah: yaitu teknik sampling yang digunakan oleh peneliti jika peneliti memiliki pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam pengambilan penelitian(Arikunto, 2005): (Sugiyono, 2004). Dengan jumlah sampel keseluruhan adalah 140 anak yang dibagi menjadi dua kelompok yakni : 70 sampel yang berjenis kelamin laki-laki, Sedangkan untuk sampel berjenis kelamin perempuan juga sama terdiri dari 70 orang.

## Tes Kemampuan Lompat Jauh Tanpa Awalan

Untuk kemampuan lompat jauh tanpa awalan diukur dengan mengunakan tes *Standing Broad Jump* (loncat jauh tanpa awalan), tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *power* otot tungkai anak usia 6 sampai dengan 12 tahun (JJhonson R, 1980). Teknik analisis statistik yang digunkan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Dalam statistik deskripsi antara lain adalah penyajian data melalui tabel, grafik, diagram, pictogram, perhitungan modus, median, mean (pengukuran tedensi sentral), perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data melalui perhitungan rata-rata standart deviasi, dan perhitungan persentase (Sugiyono, 2004).

### HASIL PENELITIAN

Deskripsi data berupa data kemampuan lompat jauh tanpa awalan, pada anak laki-laki dan perempuan usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek. Rata-rata kapasitas kemampuan lompat jauh tanpa awalanpada anak laki-laki dan perempuan usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek. Secara rata-rata kapasitas kemampuan lompat jauh tanpa awalanpada anak laki-laki di Kabupaten Trenggalek tingkatan usia 6 tahun 93,2, usia 7 tahun 95,1, usia 8 tahun 117,2, usia 9 tahun 133, usia 10 tahun

138,6, usia 11 tahun 139,1, dan usia 12 tahun 141,7. Secara rata-rata kapasitas kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan di Kabupaten Trenggalek tingkatan usia 6 tahun 85,8, usia 7 tahun 88,6, usia 8 tahun 98, usia 9 tahun 105,8, usia 10 tahun 110, usia 11 tahun 121,1, dan usia 12 tahun 123.

#### **PEMBAHASAN**

Pembahasasan hasil penelitian ini memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil-hasil analisis data yang telah dikemukakan di atas. Berikut ini akan dibahas bagaimana perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek.

## Perkembangan Kemampuan Lompat Jauh Tanpa Awalan Pada Anak Lakilaki dan Perempuan Usia 6 Sampai Dengan 12 Tahun Yang Tinggal Di Kabupaten Trenggalek.

Berdasarkan rata-rata hasil tes kemampuan lompat jauh tanpa awalanterdapat perkembangan yang konsisten dari tiap tingkatan umurnya, serta perbedaan perkembangan antara kelompok anak-anak berjenis kelamin laki-laki dan anak-anak berjenis kelamin perempuan yang tinggal di Kabupaten Trenggalek.Kelompok anak laki-laki mempunyai lompat jauh tanpa awalanlebih baik dibanding kelompok anak perempuan.Berdasarkan angka-angka yang dihasilkan dalam analisis data menunjukkan bahwa perbandingan rata-rata hasil tes kemampuan lompat jauh tanpa awalanpada anak laki-laki dan perempuan yang tinggal di Kabupaten Trenggalek memiliki perkembangan yang konsisten tiap tahunnya, serta terjadi perbedaan perkembangan. Kelompok anak laki-laki mempunyai kemampuan lompat jauh tanpa awalanlebih baik dibanding kelompok anak permpuan. Berdasarkan angka-angka yang dihasilkan dalam analisis data menunjukkan bahwa perbandingan rata-rata hasil tes kemampuan lompat jauh tanpa awalandengan menggunakan tes Standing Broad Jump pada anak laki-laki lebih tinggi dari pada kelompok anak perempuan dengan selisih 8%.

## Perbandingan Perkembangan Kemampuan Lompat Jauh Tanpa Awalan pada Anak Jenis Kelamin Laki-Laki Dan Perempuan.

Berdasarkan rata-rata hasil tes kemampuan lompat jauh tanpa awalanterdapat perbedaan antara kelompok anak berjenis kelamin laki-laki dan anak berjenis kelamin perempuan. Kelompok anak laki-laki mempunyai kemampuan lompat jauh tanpa awalan lebih baik dibanding kelompok anak perempuan. Berdasarkan angka-angka yang dihasilkan dalam analisis data menunjukkan bahwa perbandingan rata-rata hasil tes kemampuan lompat jauh tanpa awalan dengan menggunakan tes Standing Broad Jump pada anak laki-laki lebih tinggi dari pada kelompok anak perempuan.Kemampuan lompat jauh tanpa awalanpada anak laki-laki dan perempuan juga memiliki perkembangan.

Terdapat empat alasan utama yang menjadi perbedaan dalam performa anak laki-laki dan perempuan, antara lain yaitu: (1) bentuk tubuh, (2) struktur anatomis, (3) fungsi fisiologis, (4) faktor budaya. Antara laki-laki dan perempuan secara anatomis dan fisiologis memiliki perbedaan.Pada masa anak-anak perbedaan anatomis dan fisiologis antara laki-laki dan perempuan sudah mulai terlihat, walaupun tidak terlalu tampak perbedaan yang menonjol dari bentuk tubuh sampai dengan fungsi organ-organ tubuh.Faktor budaya juga berpengaruh pada perkembangan individu laki-laki dan perempuan, kondisi ini dapat tergambarkan dalam kesempatan melakukan aktivitas.dalam kehidupan masyarakat, terutama di Indonesia aktivitas fisik yang dilakukan oleh anak perempuan lebih terbatas dari pada laki-laki. Aktivitas fisik tertentu, misalnya memanjat oleh sebagian besar masyarakat dianggap tidak pantas dilakukan oleh anak perempuan.Hal ini dapat menghambat perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan anak perempuan lebih rendah dibandingkan kemampuan lompat jauh tanpa awalan anak laki-laki.Sesuai dengan hasil penelitian dan pemaparan diatas, yang dihubungkan dengan jenis kelamin, anak laki-laki di Kabupaten Trenggalek memiliki kemampuan lompat jauh tapa awalan lebih tinggi dibandingkan anak perempuan di Kabupaten Trenggalek.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

Perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalanpada anak laki-laki dan perempuan usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek.

Perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan anak laki-laki dan perempuan usia 6 sampai 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek mengalami peningkatan yang cukup stabil di setiap tahunnya. Rata-rata kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki yang tinggal di Kabupaten Trenggaek lebih tinggi dari pada kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan yang tinggal di Kabupaten Trenggalek.

Perbandingan kemampuan lompat jauh tanpa awalan anak laki-laki dan perempuan pada usia 6 sampai dengan 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek

Kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki usia 6 sampai 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek mengalami perkembangan yang konsisten. Rata-rata kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki lebih tinggi dari pada kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan. Kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan usia 6 sampai 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek mengalami perkembangan yang konsisten. Rata-rata kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak perempuan lebih rendah dari pada kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki yang tinggal di Kabupaten Trenggalek.

## **SARAN**

Berdasarkan kesimpulan terdapat saran sebagai berikut: Analisis statistik deskripsi data hasil penelitian menunjukkan terjadi perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan pada anak laki-laki dan perempuan usia 6 sampai 12 tahun yang tinggal di Kabupaten Trenggalek. Berdasarkan analisis statistik deskripsi data hasil penelitian menunjukkan perbedaan kecepatan perkembangan pada masing-masing usia dan jenis kelamin. Perbedaan kecepatan perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalandipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain faktor genetis, lingkungan dan aktivitas fisik yang dilakukan oleh anak. Implikasi dari adanya perbedaan pola dan kecepatan perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan anak laki-laki dan perempuan yang tinggal di

Kabupaten Trenggalek adalah keadaan lingkungan yang memberikan kontribusi positif dalam kaitannya perkembangan kemampuan lompat jauh tanpa awalan.

Kemampuan lompat jauh tanpa awalan anak laki-laki memiliki perkembangan yang lebih besar dari pada anak perempuan yang tinggal di Kabupaten Trenggaek. Konsekuensi logis berdasarkan analisis statistik deskriptif data hasil penelitian yang menunjukan pola dan kecepatan perkembangan tiap umur, tiap jenis kelamin dan tiap-tiap lingkungan tempat tinggal adalah data tersebut dapat menjadi pedoman para guru penjas atau pelatih olahraga tentang pola perkembangan anak usia 6 sampai 12 tahun untuk menetukan standart dikemudian hari apakah perkembangan tersebut normal atau abnormal.

### DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.

Gallahue, D. d. (1998). Understanding Motor Development Infant Childern, Adolescent, Adults. USA: Mac Graw Hill Company.

JJhonson R, K. (1980). Measurement and Evolution For Phisical Educators. Lowa: Wm. C. Company Publiser.

Riyanto, Y. (2001). Metodologi Penelitian Pendidikan. Surabaya: SIC.

Sugiyanto. (1991). Perkembangan dan Belajar Gerak. Jakarta: Depdikbud Universitas Terbuka.

Sugiyono. (2004). Metodologi Penelitian Bisnis. Bandung: CV ALFABETA.

Zainuddin. (1988). Metodologi Penelitian. Surabaya: Fakultas Farmasi.