

**SURVEI AKTIVITAS FISIK DAN IMT SISWA KELAS ATAS  
SDN WONOJOYO 1 KECAMATAN GURAH KABUPATEN KEDIRI  
DI MASA PANDEMI CORONA**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan ( S. Pd. )

Pada Prodi Penjas FIKS UN PGRI Kediri



OLEH :

**SUTRIYANI**

NPM : 16.1.01.09.0143

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
**UN PGRI KEDIRI**

2021

Skripsi Oleh :

**SUTRIYANI**

NPM : 16.1.01.09.0143

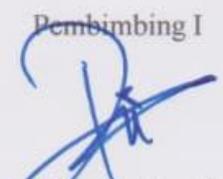
Judul :

**SURVEI AKTIVITAS FISIK DAN IMT SISWA KELAS ATAS SDN  
WONOJOYO 1 KECAMATAN GURAH KABUPATEN KEDIRI DI MASA  
PANDEMI CORONA**

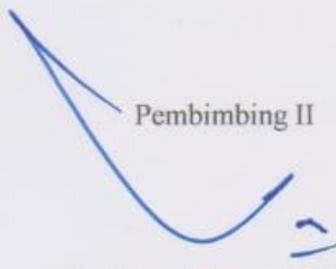
Telah disetujui untuk diajukan Kepada  
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi Pendidikan Jasmani  
FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal : 29 Januari 2021

Pembimbing I

  
Rizki Burstiando, M. Pd.  
NIDN. 0711029002

Pembimbing II

  
Dr. Slamet Junaidi, M. Pd.  
NIDN. 0015066801

Skripsi Oleh :

**SUTRIYANI**

NPM : 16.1.01.09.0143

Judul :

**SURVEI AKTIVITAS FISIK DAN IMT SISWA KELAS ATAS SDN  
WONOJOYO 1 KECAMATAN GURAH KABUPATEN KEDIRI DI MASA  
PANDEMI CORONA**

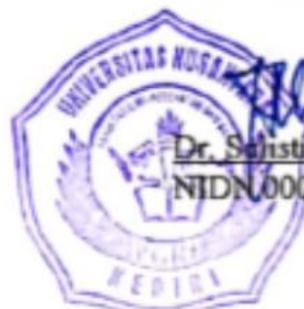
Telah dipertahankan di depan Panitia Sidang Skripsi  
Prodi Pendidikan Jasmani FIKS UN PGRI Kediri  
Pada Tanggal : 04 Februari 2021

**dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan**

**Panitia Penguji**

1. Ketua : Rizki Burstiando, M. Pd.
2. Penguji I : M. Akbar Husein Allsabah, M. Or.
3. Penguji II : Dr. Slamet Junaidi, M. Pd

Mengetahui  
Dekan FIKS



Dr. Sulistiono, M. Si.  
NIDN.0007076801

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : SUTRIYANI  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat/ tgl. Lahir : Srimulyo, 20 Oktober 1998  
NPM : 16.1.01.09.0143  
Fak/ Jur/ Prodi : FIKS/SI Pendidikan Jasmani

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 04 Februari 2021

Yang Menyatakan



SUTRIYANI

NPM : 16.1.01.09.0143

## **MOTTO**

*“Berbuat baiklah tanpa perlu alasan dan lakukan sesuatu dari hati, maka akan sampai ke hati juga”. Sutriyani*

## **PERSEMBAHAN**

Rasa syukur kepada Allah SWT atas segala kenikmatan, kesehatan serta kemudahan yang diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Ku persembahkan karya ini kepada orang yang sangat ku sayangi.

1. Orang tuaku tercinta Bapak Suparno & Ibu Sudarmi yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, selalu mendoakan dan menasehatiku agar menjadi pribadi yang lebih baik lagi.
2. Keluarga besar di rumah yang setia mensupport dan mendoakan aku sejauh ini.
3. Dosen Pembimbingku Bapak Rizki Burstiando & Bapak Slamet Junaidi yang telah membimbing skripsi dengan sangat sabar.
4. Bapak & Ibu Dosen Penjas UN PGRI Kediri terimakasih atas bimbingan serta motivasinya.
5. Keluarga besar SDN Wonojoyo 1 yang telah memberikan wadah, doa, dan supportnya kepada saya.
6. Orang Tua selama saya di Kediri Ibu Siti Mahmudah & Ibu Nurul Ainun Latifah terimakasih atas kasih sayang, doa serta nasehat yang tiada henti.
7. Tak lupa untuk temanku yang selalu sabar dan tak lelah dalam memberi semangat Mbak Indra, Nanda, Laras, Chikal, Dimas, Wilda, Yulia. Terkhusus untuk sahabatku Mbak Nova dan Mbak Nita yang selalu setia memberi semangat serta tak lelah mendengarkan keluh kesahku.

8. Serta teman – teman seperjuangan Penjas UN PGRI Kediri banyak sekali pengalaman dan pelajaran berharga yang akan selalu saya ingat.

## ABSTRAK

**SUTRIYANI:** Survei Aktivitas Fisik Dan IMT Siswa Kelas Atas Sdn Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri Di Masa Pandemi Corona. Skripsi PENJAS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2020.

**Kata Kunci** : *Aktivitas Fisik, IMT.*

Dimasa pandemi yang sudah menyebar luas selama kurang lebih 10 Bulan hingga saat ini membuat perubahan aktivitas siswa dari kegiatan di sekolah menjadi di rumah saja sehingga aktivitas fisik dan IMT harian siswa tidak dalam pengawasan guru di waktu-waktu sekolah. Selain itu adanya pembatasan Aktivitas Fisik yang berkaitan dengan sosial atau adanya *Sosial Physical Distancing*.di masa Pandemi Corona yang berpengaruh juga terhadap obesitas siswa adanya. Frekuensi aktivitas fisik siswa tidak teratur sehingga beresiko mengalami obesitas.

Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui tingkat Aktivitas fisik siswa kelas atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di masa Pandemi Corona dan untuk mengetahui tingkat IMT siswa kelas atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di masa Pandemi Corona.

Jenis penelitian deskriptif kuantitatif: Metode penelitian yang digunakan adalah survey sekali waktu (*Cross-Sectional Survei*). Teknik sampling yang digunakan adalah *Total sampling*. Sampel yang digunakan ialah seluruh siswa kelas atas sebanyak 131 siswa yang terdiri 49 siswa laki-laki dan 82 siswa perempuan. Teknik pengumpulan data berupa pembagian kuesioner dan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Teknik analisis yang digunakan adalah deskriptif statistik, yakni mentabulasi data dan menganalisis data dengan bantuan google form dan SPSS lalu mendeskripsikan data dalam bentuk prosentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat aktivitas fisik siswa kelas atas SDN Wonojoyo 1 Gurah selama Pandemi Corona di kategorikan dalam tingkat aktivitas fisik “Sangat ringan” dengan prosentase 29.8% dan lama latihan ialah sebanyak 1 hari dalam seminggu. Sedangkan Tingkat Indeks Massa Tubuh (IMT) siswa kelas atas di SDN Wonojoyo 1 Gurah di masa Pandemi Corona ialah sebesar 17, 82 atau 18 dengan kategori “Kurus ringan”.

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah membantu dan dengan kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa;
2. Dr. Sulistiono, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Sains;
3. Dr. Slamet Junaidi, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi UN PGRI Kediri;
4. Rizki Burstiando, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
5. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan Skripsi ini.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Kediri, 04 Februari 2021

**SUTRIYANI**  
NPM : 16.1.01.09.0143

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Kegunaan Penelitian .....	5
1. Kegunaan Teoritis .....	6
2. Kegunaan Praktis.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Kajian Teori.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Kajian Tentang Survei .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Tentang Aktivitas Fisik.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Tinjauan Tentang IMT .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Tinjauan Tentang Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Kajian Tentang Pandemi Corona (COVID- 19).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Kerangka Berpikir .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Survei .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Aktivitas Fisik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. IMT .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Siswa Kelas Atas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Teknik dan Pendekatan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pendekatan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Teknik Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Tempat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Waktu Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Populasi dan Sampel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Populasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Sampel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Validitas Instrumen .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Langkah-langkah Pengumpulan data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Deskripsi Data Variabel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Siswa Kelas Atas SDN Wonojoyo 1 Gurah Kediri	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Aktivitas Fisik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. IMT Siswa Kelas Atas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Pembahasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

1. Tingkat Aktivitas Fisik Siswa Kelas Atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri Di Masa Pandemi Corona. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Tingkat IMT Siswa Kelas Atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri Di Masa Pandemi Corona.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V PENUTUP .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Kesimpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Implikasi dan Saran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA.....	8

## DAFTAR TABEL

Tabel

3. 1. Perencanaan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2. Norma Penilaian Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3. Kisi-Kisi Kuesioner .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4. Kriteria IMT .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1. Data Siswa Tiap tingkatan Kelas Atas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2. Data Umur Siswa Kelas Atas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3. Jenis Kelamin .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. 4 Data Siswa Tiap tingkatan Kelas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5 Statistic Deskriptif Data Kuesioner .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.6 Statistic Deskriptif Data Kuesioner Aktivitas Fisik Harian Siswa	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.7 Statistic Deskriptif Data Kuesioner Aktivitas Fisik Harian Siswa selama 7 Hari Terakhir Siswa.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.8. Prosentase Aktivitas Fisik Siswa Berdasarkan Kuesioner	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9 Tabel Statistics Data IMT Siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.10 Statistics IMT siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. 11 IMT Siswa Kelas 4 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. 12. Data IMT Siswa Kelas 5.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. 13. Data IMT Siswa Kelas 6.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR GAMBAR

### Gambar

1. 1 Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Rumus IMT .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Rumus IMT dalam Kg/m.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Rumus Prosentase.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1. Diagram Lingkaran Pertanyaan 1 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2. Diagram Pertanyaan 2 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3 Diagram Tinggi Badan siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4. Diagram Berat Badan siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

- 1: Dokumentasi Pengisian Kuesioner ..... **Error! Bookmark not defined.**
- 2: Daftar Pertanyaan Dalam Kuesioner..... **Error! Bookmark not defined.**
- 3: Link *Google Form* ..... **Error! Bookmark not defined.**
- 4: Daftar Responden..... **Error! Bookmark not defined.**
- 5: Data Hasil Angket..... **Error! Bookmark not defined.**
- 6: Tabulasi Data IMT ..... **Error! Bookmark not defined.**
- 7: Surat Izin Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
- 8: Surat Keterangan Telah Melakukan Observasi..... **Error! Bookmark not defined.**
- 9: Sertifikat Plagiasi ..... **Error! Bookmark not defined.**
- 10: Berita Acara Kemajuan Bimbingan ..... **Error! Bookmark not defined.**



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dunia saat ini sedang digegerkan dengan adanya suatu wabah yang berasal dari negara China hingga meluas ke seluruh dunia hingga menjadi suatu Pandemi yang banyak membuat resah dan takut banyak umat manusia. Segala aktivitas fisik yang bersifat sosial atau yang dikenal dengan istilah *Sosial Physycal Distancing* dikurangi dalam skala besar untuk memutus mata rantai pandemi tersebut yang diberi nama Virus Corona atau COVID-19.

Corona atau COVID-19 adalah keluarga besar dari virus yang dapat menyebabkan penyakit ringan sampai berat seperti *Common Cold* atau flu dan penyakit yang serius lainnya seperti MERS dan SARS. Kemunculan corona diduga muncul pertama kali pada tanggal 17 November 2019 di Wuhan, Provinsi Hubei, China. Sementara berdasarkan data WHO, kasus virus corona pertama kali terkonfirmasi di China pada tanggal 8 Desember 2019. Karena dampaknya meluas ke negara-negara dengan cepat dan menimbulkan kematian, maka pada hari Rabu, 11 Maret 2020 lalu WHO secara resmi mendeklarasikan wabah COVID-19 sebagai darurat kesehatan masyarakat yang menjadi perhatian Internasional oleh Direktur Jendral Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) Tedros Adhanom Ghebreyesus.

Adanya pendeklarasian dari WHO tersebut membuat berbagai negara memutuskan berbagai kebijakan untuk mempercepat pemutusan mata

rantai Covid-19 dengan berbagai cara, salah satunya memberikan kebijakan untuk belajar dari rumah selama masa Pandemi Covid-19 ini. Adanya kebijakan tersebut secara langsung sangat berdampak besar bagi pendidikan di Indonesia khususnya di lembaga pendidikan itu sendiri. Tentunya hal demikian tak hanya berdampak bagi orang dewasa saja, melainkan juga bagi lansia dan anak-anak. Segala aktivitas pembelajaran yang awalnya dilakukan secara langsung atau tatap muka, sekarang mau tak mau harus dialihkan secara Daring atau Dalam Jaringan. Untuk beberapa pembelajaran yang sifatnya teoritis, masih tetap bisa dimaksimalkan, namun untuk pembelajaran yang bersifat aplikatif atau praktik berjalan kurang maksimal jika dilaksanakan secara Daring.

Adanya kebijakan untuk belajar di rumah membuat guru kesulitan dalam mengontrol aktivitas fisik siswanya. Padahal, aktivitas fisik anak saat ini sangat perlu dijaga untuk menjaga kebugaran jasmani dan memperkuat imun tubuh dalam melawan virus COVID-19 ini. Selain itu, menurut Rizki Burstiando ketika siswa terlibat dalam aktivitas fisik dapat mengembangkan kemampuan kognitif dan mengurangi resiko obesitas.

Selain itu, di dalam pelaksanaan aktivitas fisik siswa dibutuhkan suatu keajegan dalam menjaga frekuensi aktivitas fisik siswa guna menjaga stabilitas kebugaran jasmani siswa. Dengan adanya wabah COVID-19 saat ini yang membatasi setiap aktivitas fisik siswa, tentunya sangat berpengaruh terhadap frekuensi aktivitas fisik siswa. Hal demikian dikarenakan, siswa yang biasanya aktif sejak pagi melakukan aktivitas fisik seperti persiapan

berangkat sekolah, lalu pergi ke sekolah, dan melakukan banyak aktivitas fisik di sekolah, namun saat ini mereka harus berdiam diri di rumah guna mencegah pemutusan mata rantai COVID -19. Hal demikian menyebabkan minimnya informasi aktivitas fisik siswa bagi guru kesehatan jasmani.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang berhubungan dengan aktivitas fisik siswa dan menjadi referensi dalam penelitian yang akan peneliti lakukan, diantaranya ialah penelitian yang dilakukan oleh (Wirnantika, Pratama, and Hanief, 2017) yang melakukan survei tentang kebugaran jasmani siswa MI Mambaul Hikam berada pada kategori “sedang” dengan prosentase 45,83%. Menurut (Kokkonen et al., 2019) pendidikan jasmani berbasis pendidikan jasmani kreatif mampu meningkatkan persepsi siswa tentang iklim pemberian tugas pendidikan jasmani dengan signifikansi ( $p > 0.001$ ). Sedangkan menurut (Burstiando & Kholis, 2017) dalam upaya meningkatkan aktivitas fisik disamping adanya pendidikan jasmani sebaiknya diimbangi dengan modifikasi lingkungan fisik dan sosial. selain itu, untuk penelitian tentang aktivitas fisik terhadap siswa sekolah dasar menurut (Burhaein, 2017) harus disesuaikan dengan perkembangan dan emosional pertumbuhan fisik obyek yang di teliti. Untuk hasil penelitian oleh (Sudibjo, Arovah, and A., 2013) tentang aktivitas fisik mahasiswa Prodi Keperawatan Olahraga dilakukan dengan tes dengan membagi Kuesiones IPAQ yang menunjukkan level aktivitas fisik objek baik dengan skor IPAQ rata-rata  $728,13 \pm 2420,58$  METS. Penelitian tentang aktivitas fisik sangat penting dilakukan karena menurut (Ariani and AF., 2017) dalam penelitiannya

ditemukan ada hubungan kuat antara aktivitas fisik dengan IMT (Indeks Masa Tubuh) yang sangat berpengaruh pada kesehatan diri siswa. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh (Ani Sri Susanti 1) , Nyoto Harjono 2) and Wacana, 2018) dengan terfokus pada kategori IMT gemuk dengan hasil cukup baik dengan kategori sedang untuk aktivitas fisik siswa SD Butuh.

Berdasarkan hadirnya permasalahan diatas jika dikaitkan dengan aktivitas fisik siswa kelas atas di masa peralihan Pandemi Corona ke *New Normal* ini yang tidak seperti pada kondisi biasanya (aktif), maka peneliti berinisiatif untuk melakukan survei tentang seberapa aktifnya tingkatan aktivitas fisik siswa selama di rumah dalam menghadapi Pandemi Corona ini dengan mengambil judul “*Survei Aktivitas Fisik dan IMT Siswa Kelas Atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di Masa Pandemi Corona (Covid-19)*”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang penelitian, dapat peneliti identifikasikan beberapa permasalahan, diantaranya:

1. Perubahan aktivitas siswa dari kegiatan di sekolah menjadi di rumah saja di masa Pandemi Corona yang berpengaruh juga terhadap obesitas siswa.
2. Pembatasan Aktivitas Fisik yang berkaitan dengan sosial atau adanya *Sosial Physical Distancing*.
3. Aktivitas fisik dan IMT harian siswa tidak dalam pengawasan guru di waktu-waktu sekolah.

4. Frekuensi aktivitas fisik siswa tidak teratur sehingga beresiko mengalami obesitas.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti membatasi masalah, yakni mengenai survei Aktivitas Fisik dan IMT Siswa kelas Atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di masa Pandemi Corona.

### **D. Rumusan Masalah**

Dari pemaparan latar belakang tersebut, dapat ditarik beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat Aktivitas fisik siswa kelas atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di masa Pandemi Corona?
2. Bagaimana tingkat IMT siswa kelas atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di masa Pandemi Corona?

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dirancang dengan tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat Aktivitas fisik siswa kelas atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di masa Pandemi Corona.
2. Untuk mengetahui tingkat IMT siswa kelas atas SDN Wonojoyo 1 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri di masa Pandemi Corona.

### **F. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini kelak diharapkan tidak hanya bagi peneliti saja, melainkan pihak-pihak lain yang terkait maupun khalayak

umum. Dengan demikian, kegunaan penelitian ini di bagi menjadi 3 macam kegunaan, yakni:

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memperluas wawasan mengenai macam-macam dan frekuensi aktivitas fisik siswa kelas atas di masa Pandemi Corona. Banyak kita ketahui bahwa dengan adanya pandemi corona ini, pembatasan aktivitas fisik yang berbentuk sosial sangat ketat, sedangkan aktivitas fisik merupakan aspek terpenting dalam menjaga kebugaran tubuh dan stabilitas imun yang berguna untuk melawan virus corona. Dengan demikian, memperluas wawasan tentang aktivitas fisik sangat diperlukan sebagai referensi dalam melakukan aktivitas fisik selama pandemi corona.

2. Kegunaan Praktis

Penelitian ini dilakukan selain memiliki tujuan teoritis, juga memiliki tujuan praktis yang penulis jabarkan lagi menjadi 3 kegunaan praktis, yakni:

- a. Kegunaan Bagi Peneliti

Bagi Peneliti, penelitian ini dibuat dengan tujuan untuk memenuhi persyaratan mengikuti seminar proposal dan pengajuan Skripsi sebagai Tugas akhir dalam menempuh jenjang Strata Satu (S1). Selain itu, kegunaan lain dari penelitian ini bagi peneliti ialah dapat memperluas pengalaman dan pengetahuan mengenai penelitian tentang aktivitas fisik anak kelas atas di masa Pandemi Corona ini.

b. Kegunaan Bagi Guru Mata Pelajaran

Penelitian ini dibuat dengan tujuan lain ialah sebagai referensi bagi guru mata pelajaran khususnya Mata Pelajaran Penjas untuk memantau aktivitas fisik siswa kelas atas selama masa Pandemi Corona.

c. Bagi Siswa

Penelitian ini dilakukan dengan harapan agar dapat bermanfaat terhadap aktivitas fisik siswa. Selain itu juga dapat memberikan referensi terkait aktivitas fisik yang baik dilakukan dimasa Pandemi Corona ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ani Sri Susanti 1) , Nyoto Harjono 2), Gamaliel Septian Airlanda 3), and Universitas Kristen Satya Wacana. 2018. “Jurnal Mitra Pendidikan ( JMP Online ).” *Jurnal Mitra Pendidikan* 2 (1).
- Ariani, Nia Lukita, and Swaidatul Masluhiya AF. 2017. “Keterkaitan Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh (Imt) Siswa Sd Kota Malang.” *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan* 5 (3). <https://doi.org/10.33366/cr.v5i3.712>.
- Arifin, Z. 2012. “Evaluasi Pembelajaran.” *Bandung: Remaja Rosdakarya*. <https://doi.org/979-692-956-2>.
- Burhaein, Erick. 2017. “Aktivitas Fisik Olahraga Untuk Pertumbuhan Dan Perkembangan Siswa SD.” *Indonesian Journal of Primary Education* 1 (1). <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>.
- Burstiando & Kholis. 2017. “Jurnal Pembelajaran Olahraga [Http://Ojs.Unpkediri.Ac.Id/Index.Php/Pjk/Index](http://Ojs.Unpkediri.Ac.Id/Index.Php/Pjk/Index) Volume 3 Nomor 1 Tahun 2017.” *Jurnal Pembelajaran Olahraga* 3 (2). <https://doi.org/10.1097/00001888-199401000-00014>.
- H. Fakhur Razi, MS Vetty Yulianty P, S.Si, MPH Syahidah Asma Amani, S.Gz Jimny Hilda Fauzia, M.Psi, Psikolog. 2020. “Covid-19 : Buku Kesehatan Mandiri Untuk Sahabat,”.
- Kokkonen, Juha, Sami Yli-Piipari, Marja Kokkonen, and John Quay. 2019. “Effectiveness of a Creative Physical Education Intervention on Elementary School Students’ Leisure-Time Physical Activity Motivation and Overall Physical Activity in Finland.” *European Physical Education Review* 25 (3). <https://doi.org/10.1177/1356336X18775009>.
- Lasabuda, Trigisa, Pemsy M. Wowor, and Yanti Mewo. 2015. “Gambaran Indeks Massa Tubuh (Imt) Jamaah Mesjid Al- Fatah Malalayang.” *Jurnal E-Biomedik* 3 (3). <https://doi.org/10.35790/ebm.3.3.2015.10146>.

- Nurul Yuda Putra, Rahmat, Ermawati Ermawati, and Arni Amir. 2016. "Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Usia Menarche Pada Siswi SMP Negeri 1 Padang." *Jurnal Kesehatan Andalas* 5 (3). <https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.575>.
- Owen, Neville, Kym Spathonis, and Eva Leslie. 2014. "Physical Activity and Health." *Cambridge Handbook of Psychology, Health and Medicine, Second Edition*. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511543579.034>.
- Prawira, Yosua. 2019. "No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title." *SSRN Electronic Journal* 5 (564). <https://doi.org/10.4324/9781315853178>.
- Rifki, Wilda Welis dan Muhammad Sazeli. n.d. *Gizi Untuk Aktifitas Fisik Dan Kebugaran*.
- Situmorang, Marhaposan. 2015. "Penentuan Indeks Massa Tubuh (IMT) Melalui Pengukuran Berat Dan Tinggi Badan Berbasis Mikrokontroler AT89S51 Dan PC." *Jurnal Teori Dan Aplikasi Fisika* 03 (02).
- Sudibjo, Prijo, Novita Intan Arovah, and Rachmah Lakmi A. 2013. "Tingkat Pemahaman Dan Survei Level Aktivitas Fisik, Status Kecukupan Energi Dan Status Antropometrik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga FIK UNY." *Medikora* 11 (2). <https://journal.uny.ac.id/index.php/medikora/issue/view/396>.
- Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. 1st ed. Bandung: Alfabeta.
- Suryana, Suryana, and Yulia Fitri. 2017. "Hubungan Aktivitas Fisik Dengan IMT Dan Komposisi Lemak Tubuh." *Action: Aceh Nutrition Journal* 2 (2). <https://doi.org/10.30867/action.v2i2.64>.
- Wirnantika, Irma, Budiman Agung Pratama, and Yulingga Nanda Hanief. 2017. "Survey Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV SDN Puhrubuh I Dan MI Mambaul Hikam Di Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2016/2017." *Sportif* 3 (2). [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v3i2.11898](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v3i2.11898).

Yuliansyah, S.E., M.S.A., Ph. D., CA., A kt. 2016. “Meningkatkan Respon Rate Pada Penelitian Survey.” In , edited by CA Dr. Nurdiono, S. E., M.M., Akt, CPA, 1st ed. Jakarta: SMART.