

**AKTIVITAS JASMANI DI SDN NGANCAR 1 KECAMATAN
NGANCAR KABUPATEN KEDIRI DI ERA *NEW NORMAL***

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Program Studi Penjaskesrek



OLEH :

EKA AZZA AINAYYAH ALFATIAH

NPM: 17.1.01.01.0117

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI

2022

Skripsi Oleh :

EKA AZZA AINAYYAH ALFATHIAH
NPM: 17.1.01.01.0117

Judul:

**AKTIVITAS JASMANI DI SDN NGANCAR 1 KECAMATAN NGANCAR
KABUPATEN KEDIRI DI ERA *NEW* NORMAL**

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

Tanggal : 14 Januari 2022

Pembimbing I



Ren Prasetyo Hermandika, M.Pd
NIDN. 0727078804

Pembimbing II



M. Anis Zawawi, M.Or
NIDN. 0730048903

Skripsi oleh:

EKA AZZA AINAYYAH ALFATIHAH

NPM: 17.1.01.09.0117

Judul:

**AKTIVITAS JASMANI DI SDN NGANCAR 1 KECAMATAN NGANCAR
KABUPATEN KEDIRI DI ERA *NEW* NORMAL**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Prodi Penjaskesrek FIKS UN PGRI Kediri
Pada tanggal: 14 Januari 2022

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia penguji

- | | |
|---------------|---------------------------------|
| 1. Ketua | : Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd |
| 2. Penguji I | : Dhodhy Yuliawan, M.Or |
| 3. Penguji II | : M. Anis Zawawi, M.Or |



Mengetahui,
Dekan FIKS



Dr. Sulistiono, M.Si
NIDN 000707680

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Eka Azza Ainayyah Alfatihah

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/Tanggal Lahir : Kediri/ 19 Desember 2000

NPM : 17.1.01.09.0117

Fak/Jur/Prodi : FIKS/S1/Penjaskesrek

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, 05 Januari 2022

Yang menyatakan

A 10,000 Indonesian postage stamp (METERAL TEMPEL) with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '10000', 'METERAL TEMPEL', and '1986AJK77501327'.

Eka azza ainayyah alfatihah

NPM. 17.1.01.09.0117

MOTTO dan PERSEMBAHAN

MOTTO

Tuhan tidak menuntut kita untuk sukses. Tuhan hanya menyuruh kita berjuang tanpa henti."

(Emha Ainun Nadjib)

Kupersembahkan untuk:

Orang tua

Keluarga

Dan semua orang yang saya sayangi

ABSTRAK

Eka Azza Ainayyah Alfatihah: Aktivitas Jasmani Di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri Di Era *New Normal*” Skripsi, PENJAS, FIKS UN PGRI Kediri, 2022.

Kata Kunci: Aktivitas Jasmani.

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan dan pengalaman peneliti. Bahwa kurangnya pemahaman dan pentingnya tentang aktivitas jasmani. Akibatnya anak-anak menyepelkan aktivitas jasmani dengan bermain gadget dan sering terlambat mengirim tugas dari guru. Hal tersebut nampak kurangnya pengawasan dan motivasi belajar siswa yang rendah yang pada akhirnya hasil belajarnya pun juga rendah.

Permasalahan penelitian ini adalah masalah di atas maka masalah yang akan di teliti bahwa peneliti akan meneliti tentang Aktivitas Jasmani di Sekolah Dasar Ngancar 1 Kabupaten Kediri Di Era *New Normal*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengembalian sampel dilakukan berdasarkan teknik sampling dijelaskan yaitu *Purposive Sampling*. Pada penelitian ini dalam menentukan sampel menggunakan *purposive Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel secara sengaja maksudnya peneliti menentikan sampel yang diambil karena ada pertimbangan tertentu. Penentuan kriteria dalam sampel ini di ambil pada kelas atas yaitu kelas 4,5, dan 6 yang terdiri dari 66 siswa.

Berdasarkan hasil penelitian aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era *New Normal* dengan sampel 66 Siswa bahwa 37 sampel dengan kategori sedang, sedangkan perbandingan antara siswa laki- laki dan perempuan bahwa siswa laki- laki yang terbanyak pada kategori rendah yang jumlah 16 siswa dengan presentase 47,1% dan sedangkan pada siswa perempuan yang terbanyak pada kategori rendah yang jumlah 13 siswa dengan presentase 40,6%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi dengan judul “Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era *New Normal*” ini ditulis guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, pada Jurusan PENJASKESREK FKIS UN PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri yang memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswanya
2. Dr. M. Muchson, SE., M.M, selaku Direktur Pascasarjana Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Dr. Slamet Junaidi, M.Pd, selaku Ketua Program Studi Penjas FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dengan sabar demi kesempurnaan.
5. M. Anis Zawawi, M.Or, selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dengan sabar demi kesempurnaan ini.
6. Kedua Orang Tua yang telah membantu kelancaran kegiatan, memotivasi dan do’a sehingga ini dapat berjalan dengan baik.
7. Keluarga yang selalu *support* untuk segera menyelesaikan Skripsi ini dengan baik.
8. Rekan-rekan yang telah berkenan membantu peneliti demi kelancaran dan kesuksesan skripsi ini.
9. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan Skripsi ini.

Disadari bahwa Skripsi ini sudah diusahakan sempurna, akan tetapi masih ada kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Akhirnya, disertai harapan semoga Skripsi ini ada manfaatnya bagi kita semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun hanya ibarat setitik air bagi samodra luas.

Kediri, 05 Januari 2022



Eka Azza Ainayyah A
NPM: 17.1.01.09.0117

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II : KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Kajian Teori	10
1. Corona Virus	10
2. Aktivitas Jasmani	13
3. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	24
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	28
C. Kerangka Berpikir	32

BAB III	: METODE PENELITIAN	
	A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	35
	B. Teknik dan Pendekatan Penelitian	36
	C. Tempat dan Waktu Penelitian	37
	D. Populasi dan Sampel	37
	E. Instrument Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	40
	F. Teknik Analisi Data	44
BAB IV	: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Deskripsi Data Variabel	47
	B. Analisis Data	52
	1. Prosedur Penelitian Data	52
	2. Hasil Analisis Data.....	52
	3. Interpretasi Hasil Analisis Data	58
	C. Pembahasan	58
BAB V	: KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
	A. Simpulan	61
	B. Implikasi	61
	C. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA.....		63
LAMPIRAN.....		68

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Contoh Aktivitas Jasmani	20
Tabel 3.1	jumlah populasi penelitian	38
Tabel 3.2	jumlah sampel penelitian	39
Tabel 3.3	Kisi-kisi kuesioner tingkat aktivitas jasmani SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri	40
Tabel 3.4	Rentangan Norma dan Pengkategorian Rentang Norma	45
Tabel 4.1	Deskripsi hasil Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	47
Tabel 4.2	Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	48
Tabel 4.3	Deskripsi hasil Laki-laki pada aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	49
Tabel 4.4	Frekuensi Laki-laki pada aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	49
Tabel 4.5	Deskripsi hasil Perempuan pada aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	50
Tabel 4.6	Distribusi frekuensi sampel perempuan Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	34
Gambar 4.1 Frekuensi Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era New Normal	53
Gambar 4.2 Presentase Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era New Normal	54
Gambar 4.3 Frekuensi Siswa Laki-laki Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	55
Gambar 4.4 Presentase Siswa Laki-laki Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New Normal</i>	56
Gambar 4.5 Frekuensi Siswa Perempuan Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New</i> <i>Normal</i>	57
Gambar 4.6 : Presentase Siswa Perempuan Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era <i>New</i> <i>Normal</i>	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pernyataan Jumlah Murid.....	68
Lampiran 2 Wawancara Pengamat Observasi	69
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	70
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian	71
Lampiran 5 Sertifikat Bebas Plagiasi	62
Lampiran 6 Berita Acara Bimbingan	73
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian	75
Lampiran 8 Hasil Penelitian	83
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian	91

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Coronavirus Diseades 2019 atau Covid-19 merupakan penyakit yang sedang mewabah di Indonesia. Hingga saat ini Indonesia belum sepenuhnya bisa terlepas dari wabah virus covid-19, dimana dikutip dari data pelaporan media informasi Resmi Terkini Penyakit Infeksi pelaporan terakhir pada akhir November 2019 data menunjukkan bahwa Indonesia menjadi negeri di ASEAN dengan tingkat pelaporan terkonfirmasi covid-19 yaitu mencapai 4,2 juta penduduk (Kemenkes, 2021).

Virus ini pertama kali muncul di Wuhan, Cina pada Desember 2019. Sebelum diresmikan WHO, Covid-19 ini dikenal dengan sebutan 2019-nCoV atau 2019 novel coronavirus (Susilo et al., 2020). Pada umumnya Covid-19 menyerang pada saluran pernapasan yang melapisi alveoli, kasus ini banyak terjadi terutama pada manusia (Susilo et al., 2020). Virus Covid-19 ditularkan melalui percikan air yang disebabkan oleh batuk atau bersin dari penderita dan kemudian droplet tersebut disentuh atau dihirup oleh manusia lainnya. Gejala-gejala yang ditimbulkan oleh penderita diantaranya yaitu: demam, batuk serta sakit kepala, namun beberapa penderita Covid-19 juga ada yang tidak menimbulkan gejala (Fitriani, 2020).

Pemerintah Indonesia melalui gugus tugas percepatan penanganan Covid-19 untuk mencegah penularan Covid-19 meluas membuat kebijakan

penerapan protokol kesehatan yaitu memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak atau *psychal distancing*. Namun pada kenyataan dilapangan penerapan protokol kesehatan tersebut masih banyak diabaikan oleh masyarakat, sehingga lonjakan kasus positif Covid-19 di Indonesia semakin tinggi. Lebih parahnya lagi beberapa diantara masyarakat tidak mempercayai adanya virus Covid-19. Masyarakat juga enggan untuk melakukan kegiatan berolahraga karena timbul rasa takut, padahal olahraga dapat meningkatkan imun tubuh dan salah satu cara mencegah penularan virus Covid 19.

Dari pernyataan Mendikbud dan Mendagri Gelar Rakor dengan Kepala Daerah di berita *news.detik.com*, membahas pembelajaran di masa pandemi Covid-19 memberikan dampak yang besar pada pendidikan di Indonesia, rapat koordinasi dilakukan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Nadiem Anwar Makarim bersama Menteri Dalam Negeri Muhammad Tito Karnavian dengan seluruh kepala daerah untuk memastikan kebijakan pembelajaran di masa Pandemi Covid-19 terlaksana dengan baik...

Pelaksanakan pembelajaran daring adalah salah satu model pembelajaran yang dilakukan pada masa pandemi, karena dalam prinsip kebijakan pendidikan di masa pandemi Covid-19 adalah mengutamakan kesehatan dan keselamatan para peserta didik, para pendidik, tenaga kependidikan, keluarga, dan masyarakat pada umumnya, dalam rangka pemenuhan layanan pendidikan selama masa pandemi. Masa pandemi

covid-19 menjadikan kesehatan prioritas utama sehingga pemerintah pusat dan daerah memberikan kebijakan untuk seluruh lembaga pendidikan dari jenjang pendidikan anak usia dini (PAUD) hingga perguruan tinggi melakukan pembelajaran yang terbatas pada era new normal ini. Kesehatan sangat penting bagi kelangsungan hidup manusia. Tanpa tubuh yang sehat manusia akan mengalami kesulitan dalam menjalankan segala aktivitasnya. Rasa khawatir, stress dan ketakutan bisa menyebabkan kesehatan seseorang menurun (Mohamad, 2018).

Kesehatan adalah kondisi stabil fungsi fisiologis tanpa merasakan gangguan berupa sakit. Apabila kebiasaan tersebut dibiarkan begitu saja maka akan berdampak negatif pada tubuh, tubuh akan semakin melemah karena daya tahan tubuh semakin berkurang karena kurangnya aktivitas yang dilakukan. Padahal pada saat ini setiap orang mempunyai harapan untuk sehat yang sangat tinggi guna memperkuat imun tubuh untuk mencegah tertular virus covid-19 (Atmaja, 2021). Akan tetapi kebutuhan akan hidup sehat itu tidak diimbangi dengan perilaku masyarakat seperti pola hidup yang kurang, tidak banyak melakukan aktivitas saat pandemi seperti berolahraga di rumah, masyarakat disibukkan dengan *gadget* dan hiburan di berbagai *platform*. Pernyataan tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Konseling et al., 2021) yang menyatakan masih banyak masyarakat yang melanggar aturan serta *protocol* kesehatan yang telah ditetapkan oleh pemerintah karena tingkat kesadaran masyarakat masih rendah. Hal tersebut tak terkecuali juga terjadi pada

anak-anak dimana mereka memiliki aktivitas yang terbatas, lebih sering menghabiskan waktu dirumah bermain *gadget*, dan pendidikan dengan waktu sehari penuh hanya di habiskan di depan *gadget* yang tentunya secara tidak langsung memiliki pengaruh kurang baik kepada kondisi kebugaran anak.

Penerapan pembelajaran daring ini tentu menuntut kesiapan berbagai pihak, baik dari pihak sekolah, pemangku jabatan, dan pihak peserta didik itu sendiri. Pembelajaran daring dapat dilaksanakan dengan menggunakan model interaktif berbasis internet dan Learning Manajemen System (LSM). Misalnya dengan menggunakan aplikasi *WhatsApp*, *Google*, *Zoom*, dan lain-lain. Di tengah pandemi pembelajaran daring tentu memberikan dampak bagi kita yang menjalankannya. Salah satu dampak positifnya adalah guru dan siswa menjadi lebih mampu dalam menggunakan aplikasi pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran menjadi lebih fleksibel sebab bisa dilaksanakan di rumah dan bisa dilaksanakan di mana saja. Selain itu pembelajaran ini tentu juga memiliki dampak negatif bagi yang menjalankannya. Seperti terjadinya kesalah pahaman, karena komunikasi dilakukan tanpa tatap muka, jaringan internet sering tidak lancar terutama daerah pelosok yang susah jangkauan, dan memerlukan teknologi yang baik.

Pembelajaran daring di tengah pandemi memiliki dilema tersendiri, namun pembelajaran daring merupakan salah satu upaya pemerintah untuk mencegah penyebaran Covid-19 di Indonesia. Pembelajaran daring

tentunya memiliki dampak positif dan negatif. Guru, siswa, dan seluruh pihak yang terlibat harus bijaksana dalam menyikapi pembelajaran daring yang sedang berlangsung di tengah pandemi ini agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Sesuai pernyataan Ketua Tim Pakar Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Wiku Adisasmita di berita news.detik.com, *new normal* adalah perubahan perilaku untuk tetap menjalankan aktivitas normal, tapi ditambah dengan penerapan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan Covid-19.

Prinsip *new normal* adalah bisa menyesuaikan dengan pola hidup. New Normal adalah adaptasi kebiasaan baru, artinya beraktivitas dengan menerapkan protokol kesehatan (memakai masker, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, menghindari kerumunan dan lain-lain) (Fitri Arinda et al., 2021). Untuk membiasakan masyarakat, Tim Gugus Tugas telah siap meracik gerakan bertajuk empat sehat lima sempurna. Gerakan ini tidak sama dengan pola konsumsi makanan yang sudah ada sebelumnya. Ini lebih ditujukan pada pencegahan penularan virus corona. Kata Wiku Pemilihan jargon itu karena masyarakat sudah mengenal lama gerakan empat sehat lima sempurna. Empat sehat yang dimaksud adalah memakai masker, menjaga jarak fisik, mencuci tangan, serta istirahat yang cukup dan tidak panik. Tubuh juga perlu imunitas tinggi. Jika imunitas rendah maka diperlukan makan bergizi yang menjadi bagian lima sempurna.

New normal adalah perubahan perilaku untuk tetap melakukan aktivitas normal dengan ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan Covid-19. Secara sederhana, *new normal* ini hanya melanjutkan kebiasaan-kebiasaan yang selama ini dilakukan saat diberlakukannya karantina wilayah atau Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Tentunya masyarakat mulai menyelenggarakan kembali bekerja, belajar, dan beribadah, serta bersosialisasi atau beraktivitas agar bisa produktif di era pandemi ini. Jika hal tersebut tidak dilakukan, cepat atau lambat akan berdampak pada berbagai sektor, baik sosial, budaya, pertumbuhan ekonomi akan mengalami perlambatan, industri tidak berjalan, atau masyarakat kehilangan penghasilan. Untuk itu, masyarakat harus mulai beradaptasi dengan kebiasaan hidup baru atau disebut dengan '*new normal life*'. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Fitri Arinda et al., 2021) terjadi peningkatan kesadaran akan pentingnya olahraga dan mengkonsumsi makanan yang bergizi pada era *newnormal*.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan peneliti dengan lima wali murid siswa SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri, bahwa ditemukan banyak siswa yang bermalas-malasan dan terlambat mengirim tugas sekolah karena kebanyakan siswa hanya bermain *game*, bermain tiktok, dll. Dan sebagian besar siswa menyepelekan aktivitas jasmani di era *new normal* seperti berolahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani seperti sepakbola, voli, lompat

tali, kasti dll yang biasanya dilakukan anak-anak lainnya. Meskipun di masa new normal memiliki batasan tidak boleh berkerumun, itu bukan suatu halangan untuk melakukan aktivitas jasmani.

Permasalahan, solusi aktivitas jasmani di era *new normal* ini merupakan aspek penting yang harus dikaji secara mendalam. Faktor-faktor yang menjadi kunci agar siswa selalu menjaga imun atau daya tahan tubuhnya yaitu beraktivitasnya dengan berolahraga meskipun hanya dirumah saja. Menurut WHO dalam (Rahayu, 2016) menyatakan bahwa aktivitas jasmani merupakan tiap gerak tubuh yang diproduksi oleh otot rangka yang dapat menghasilkan pengeluaran energi atau membakar kalori dan memacu pada gerak tubuh yang meningkatkan kesehatan . Oleh karena itu, adanya kurangnya pemahaman tentang pentingnya aktivitas jasmani di era *new normal* harus dapat ditemukan solusinya. Penelitian mengenai aktivitas jasmani di era *new normal* dilakukan. Sehingga diharapkan respons yang diperoleh dapat menggambarkan proses aktivitas jasmani di era *new normal* saat ini dan dijadikan informasi dasar bagi pihak-pihak terkait dalam menentukan kebijakan, terutama lembaga calon guru dan tenaga kependidikan.

Berdasarkan latar belakang, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “*Aktivitas Jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di Era New Normal*”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut yaitu

1. Siswa SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri masih terlihat kurang aktif dalam bergerak saat di rumah dan di sekolah.
2. Belum diketahui aktivitas jasmani siswa di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di era *new normal*.

C. Pembatasan Masalah

Dari beberapa masalah yang telah teridentifikasi dari permasalahan yang ada, maka perlu dilakukan pembatasan agar permasalahan penelitian yang hendak dipecahkan menjadi fokus dan spesifik, perlu dibatasi permasalahan sebagai berikut. Bahwa peneliti akan meneliti tentang Aktivitas Jasmani di Sekolah Dasar Ngancar 1 Kabupaten Kediri Di Era *New Normal*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka permasalahan dapat dirumuskan adalah “Seberapa besar aktivitas jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di era *new normal*?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui aktivitas jasmani di SDN Ngancar 1 Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri di era *new normal*.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan dari berbagai pihak yaitu :

1. Manfaat Teoritis

- a. Agar dapat dijadikan sebagai bahan informasi seta kajian penelitian yang lain terutama tentang aktivitas jasmani siswa sekolah dasar di era *new normal*.
- b. Bahan referensi dalam membahas aktivitas jasmani siswa sekolah dasar di era *new normal*.

2. Manfaat praktis

- a. Dapat mengetahui aktivitas jasmani siswa Sekolah Dasar di era *new normal* sehingga para orang tua lebih memperhatikan pertumbuhan serta perkembangan anak agar menjadi penerus bangsa yang lebih baik.
- b. Sebagai salah satu informasi bagi masyarakat tentang aktivitas jamani siswa.
- c. Memberikan masukan kepada orang tua agar memperhatikan aktivitas jasmani siswa sekolah dasar di era *new normal* terhadap pola hidup sehat

DAFTAR PUSTAKA

- Aktivitas jasmani Lutan, R. (2002). *Menuju Sehat dan Bugar*. Jakarta: Depdiknas.
- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Rajawali Press.
- Andriyani, F.D. (2014). *Physical Activity Guidelines For Children*. Jurnal Pendidikan Jamani Indonesia (Nomor 1) Hlm. 61-64.
- Arsi, A. (2010). *Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan Spss*. 1–8
- Atmaja, P. (2021). ... *Serta Pola Hidup Sehat Masyarakat Banjar Sala, Kabupaten Bangli Sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19*. 9(2), 128–135. <https://Repo.Undiksha.Ac.Id/5448/>
- Atmaja, P. (2021). ... *Serta Pola Hidup Sehat Masyarakat Banjar Sala, Kabupaten Bangli Sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19*. 9(2), 128–135. <https://repo.undiksha.ac.id/5448/>
- Batista, M., Cubo, D. S., Honório, S., & Martins, J. (2016). The practice of physical activity related to self-esteem and academical performance in students of basic education. *Journal of Human Sport and Exerfile:///Volumes/HARDISK 2/KERJAAN 1/EKA AZZA/Fpubh.2017.00319.Pdfcise, 11(2), 297–310.* <https://doi.org/10.14198/jhse.2016.112.03>
- Budiwanto, S. (2014). *Metode Statistika untuk Analisis Data Bidang Keolahragaan*.
- Budiwanto, Setyo. (2017). *Metodologi Penelitian dalam Keolahragaan*. Universitas Negeri Malang (UM PRESS).
- Campbell, J. P., & Turner, J. E. (2018). Debunking the myth of exercise-induced

immune suppression: Redefining the impact of exercise on immunological health across the lifespan. *Frontiers in Immunology*, 9(APR), 1–21. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2018.00648>

Chan JF, Yuan S, Kok K, To KK, Chu H, Yang J, Xing F, Liu J, Yip CC, Poon RW, Tsoi H, Lo SK, Chan K, Poon VK, Chan W, Ip JD, Cai J, Cheng VC, Chen H, Hui CK, and Yuen K. (2020): A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: A study of a family cluster. *Lancet*, 395, 514–523. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30154-9.

Chan JF, Yuan S, Kok K, To KK, Chu H, Yang J, Xing F, Liu J, Yip CC, Poon RW, Tsoi H, Lo SK, Chan K, Poon VK, Chan W, Ip JD, Cai J, Cheng VC, Chen H, Hui CK, and Yuen K. (2020): A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: A study of a family cluster. *Lancet*, 395, 514–523. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30154-9.

Chen N, Zhou M, Dong X, Qu J, Gong F, Han Y, Qiu Y, Wang J, Liu Y, Wei Y, Xia J, Yu T, Zhang X, and Zhang L. (2020): Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *Lancet*, 395, 507–513. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30211-7.

Corbin, Charles & Lindsay, Ruth. (1997). *Concepts Of Physical Fitness*. Madison: Brown & Benchmark.

Dapan, Fitria, Eka. (2017). Uji Validitas dan Reabilitas Instrument *Physical Activity Questionnaire For Childer (PAQ-C) dan Physical Activity For Adolescent (PAQ-A)*. Universitas Negeri Yogyakarta

Ding Y, He L, Zhang Q, Huang Z, Che X, Hou J, Wang H, Shen H, Qiu L, Li Z, et al. 2004. Organ distribution of severe acute respiratory syndrome

(SARS) associated coronavirus (SARS-CoV) in SARS patients: implications for pathogenesis and virus transmission pathways. *J Pathol.* 203:622-630.

Doremalen, Van N, Bushmaker T, Morris DH, Holbrook MG, Gamble A, Williamson BN, et al. 2020. *Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1*. The New England Journal of Medicine. Massachusetts Medical Society. doi:10.1056/nejmc2004973. PMID 32182409.

Fitri Arinda, D., Indah Fajar, W., Maulina Sari, D., Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya dan Jl Palembang -Prabumulih, F. K., Ogan Ilir, K., & korespondensi Ditia Fitri Arinda Fakultas Kesehatan Masyarakat, P. (2021). Aktivitas Fisik, Perilaku Kesehatan dan Gizi di Masa New Normal Pada Pegawai di Indonesia. *JAKAGI (Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi)*, 1(2), 9–19. <http://journal.binawan.ac.id/JAKAGI>

Fitriani, N. I. (2020). TINJAUAN PUSTAKA COVID-19: VIROLOGI, PATOGENESIS, DAN MANIFESTASI KLINIS. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(February), 1–9. <http://www.akrabjuara.com/index.php/akrabjuara/article/view/919>

Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid 19. (2020). Jakarta: Badan Nasional Penanggulangan Bencana.

Humphrey, J. H. (2021). Physical Activity, Exercise, and Stress. In *Childhood Stress in Contemporary Society*. <https://doi.org/10.4324/9780203826980-12>

Kemkes. (2021). Situasi Terkini Perkembangan (COVID-19). *Kemkes, agustus*, 1–4. https://covid19.kemkes.go.id/download/Situasi_Terkini_050520.pdf

- Kesehatan, K. (2011). Pusat Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2010. In *Direktorat Jendral Kesehatan Ibu dan Anak*. <http://www.depkes.go.id>
- Konseling, J. B., Anwar, F., & Julia, P. (2021). *Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pengasuh Sekolah Berasrama Di Aceh Besar Pada Masa Pandemi*. 7(1), 2021.
- N, T. (2015). *PHYSICAL ACTIVITY STATISTIC 2015* (Issue July).s
- Rahayu, I. T. (2016). Pengaruh Jogging Pagi hari dan Malam Hari terhadap Kadar Asam Laktat pada Mahasiswa Ikor FIK UNNES. *Skripsi Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan*. <https://lib.unnes.ac.id/27276/1/6211411043.pdf>
- Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2018). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 159. <https://doi.org/10.26630/jkep.v13i2.924>
- Siti Hanifah. (2015). Analisis V02 MaxSiswa SMA Negeri 1 Balung Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Olahraga FIK UNESA*. Nomor 1. Hlm 3-4.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Chen, L. K., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, C. O. M., & Yuniastuti, E. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- Sugiyono, (2008), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta

- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet
- van Doremalen N, Miazgowicz KL, Milne-Price S, Bushmaker T, Robertson S, Scott D, Kinne J, McLellan JS, Zhu J, Munster VJ. 2014. Host species restriction of Middle East respiratory syndrome coronavirus through its receptor, dipeptidyl peptidase 4. *J Virol.* 88:9220-9232.
- Xu H, Zhong L, Deng J, Peng J, Dan H, Zeng X, Li T, Chen Q. 2020. High expression of ACE2 receptor of 2019- nCoV on the epithelial cells of oral mucosa. *Int J Oral Sci.* 12:8.
- Xu RH, He JF, Evans MR, Peng GW, Field HE, Yu DW, Lee CK, Luo HM, Lin WS, Lin P, et al. 2004. Epidemiologic clues to SARS origin in China. *Emerg Infect Dis.* 10:1030-1037.
- Xu H, Zhong L, Deng J, Peng J, Dan H, Zeng X, et al. 2020. *High expression of ACE2 receptor of 2019-nCoV on the epithelial cells of oral mucosa.* International Journal of Oral Science. 12 (1): 8. doi:10.1038/s41368-020-0074-x)
- Yuliarto. (2012). Aktivitas Antioksidan, Total Fenol, dan Antibakteri Minyak Atsiri Dan Oleoresin Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii*),. *Jurnal Teknosains Pangan*, 1(1), 41–48.