

HUBUNGAN KETERAMPILAN GERAK MOTORIK KASAR DAN KEBUGARAN TERHADAP AKTIVITAS FISIK SISWA USIA 10 TAHUN

(Studi Pada Siswa SDN Sungai Andai 4 Banjarmasin)

Mutiara Rahmah¹, Ari Tri Fitrianto², Bonita Amalia³

¹pendidikan Olahraga, 89201, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 19240119

²pendidikan Olahraga, 89201, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 0620031188

³pendidikan Olahraga, 89201, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 0621031244

E-mail: mrahmah530@gmail.com

ABSTRAK

Dengan perkembangan zaman seperti saat sekarang ini olahraga dapat dirasakan semua kalangan masyarakat baik di dunia ataupun di Indonesia, dengan berolahraga atau latihan fisik adalah komponen penting dari kesejahteraan manusia, karena berkontribusi pada peningkatan keadaan fisik seseorang. Olahraga adalah aktivitas fisik teratur yang melibatkan gerakan tubuh yang sistematis untuk meningkatkan kebugaran fisik seseorang. Sekolah, rumah tangga, dan sarana olahraga lainnya mulai mengenalkan olahraga kepada anak sejak dini. Sejak masih di taman kanak-kanak, anak-anak sudah diajarkan olahraga untuk mengembangkan kemampuan motorik, keterampilan sosial, dan kestabilan emosi.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara keterampilan gerak motorik kasar dan kebugaran terhadap aktivitas fisik siswa usia 10 tahun (studi pada siswa SDN sungai andai 4 banjarmasin). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif non eksperimental dengan desain penelitian korelasional yang mengkaji hubungan dua variabel atau lebih. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV Sekolah dasar Negeri sungai andai 4 Banjarmasin yang berjumlah 52 peserta didik yang terbagi dalam 3 kelas dengan sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 30 orang peserta didik yang diambil adalah siswa laki laki.

Kesimpulan dalam penelitian ini memperoleh hasil unuk peserta didik laki laki yaitu Ftabel

$(4,21) > F_{\text{tabel}} (3,32)$ yang artinya memiliki hubungan yang signifikan antara keterampilan gerak motorik kasar (X1) dan kebugaran (X2) terhadap aktivitas fisik siswa usia 9-10 tahun Sekolah Dasar Negeri Sungai Andai 4 Banjarmasin (Y)

Kata Kunci: hubungan, keterampilan gerak motorik kasar, kebugaran, aktivitas fisik.