

# Tingkat Kekuatan Otot Tungkai Anak Usia 9-10 Tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu

Muridhotus Sholihah, Roesdiyanto\*, Zumroh Hasanah, Supriatna  
Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia  
\*Penulis korespondensi, Surel: Roesdiyanto.fik@um.ac.id

Paper received: 13-12-2024; revised: 15-3-2024; accepted: 29-4-2024

## Abstract

The purpose of this study was to Determine the category of leg muscle strength level of children aged 9-10 years SDN Beji 01 and SDN Mojorejo 02 Junrejo District, Batu City. The research method used is the survey method. The population used in this study was children aged 9-10 years grade IV students at SDN Beji 01 and SDN Mojorejo 02 Junrejo District, Batu City with a total of 597 children and the sample obtained was 85 children in 2 schools. The instrument used is the *Standing Broad Jump* test. The results of data analysis in this study showed the level of leg muscle strength in children aged 9-10 years SDN Beji 01 and SDN Mojorejo 02 in Junrejo District there were 0 children 0% in the very good category, 1 child part in the good category 1.2%, 33 children in the medium category 38.9%, 28 children in the less 32.9% category, 23 children in the less than 27% category.

**Keywords :** *Strength; Leg muscles ; Children 9-10 years old*

## Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kategori tingkat kekuatan otot tungkai anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak usia 9-10 tahun kelas IV siswa di SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu dengan jumlah 597 anak dan sampel yang diperoleh adalah sebanyak 85 anak pada 2 sekolah. Adapun instrumen yang digunakan adalah tes *Standing Broad Jump*. Hasil analisis data pada penelitian ini menunjukkan tingkat kekuatan otot tungkai pada anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 di Kecamatan Junrejo terdapat 0 anak 0% dalam kategori baik sekali, 1 anak dalam kategori baik 1,2%, 33 anak pada kategori sedang 38,9%, 28 anak dalam kategori kurang 32,9%, 23 anak pada kategori kurang sekali 27%.

**Kata kunci :** Kekuatan ; Otot Tungkai ; Anak Usia 9-10 Tahun

## 1. Pendahuluan

Kemampuan motorik mempunyai tugas yang sangat berpengaruh dalam setiap aktivitas anak, dengan kemampuan motorik anak dapat melakukan segala aktivitas dengan baik. Jika kemampuan motorik tersebut terganggu maka dapat menghambat kemampuan lainnya, seperti keterampilan sosial dan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari. Gerakan dasar salah satu keterampilan yang melibatkan otak dan melibatkan kekuatan otot pada lengan dan tungkai untuk mencapai suatu latihan atau tujuan aktivitas, seperti melompat, melempar, menyelam, dan menyeimbangkan. Oleh karena itu, jika keterampilan motorik dasar anak tidak di kembangkan, maka anak tidak akan sanggup menggunakan berbagai keterampilan gerak yang lainnya pada masanya. Apalagi, banyak anak usia 9-10 tahun yang tidak berminat dan tertarik untuk melakukan permainan, olahraga, dan aktivitas lain yang membutuhkan kebugaran jasmani (Ningsih, 2020).

Kebugaran jasmani merupakan suatu keadaan jasmani yang berkaitan dengan kemampuan bekerja secara optimal dan efisien. Kebugaran jasmani sangat diperlukan bagi

anak usia 9-10 tahun karena faktor ini sangat menunjang hasil aktivitas yang dilakukan anak. Kebugaran jasmani atau fisik salah satu unsur penyangga dalam menunjang serangkaian kegiatan anak. Seorang individu atau kelompok yang kondisi fisik dan jasmani nya baik, mampu melakukan tugas-tugas fisik dengan baik dibandingkan dengan mereka yang kondisi fisik dan jasmani nya tidak baik. Tingkat kebugaran jasmani seseorang dapat diketahui melalui pengukuran. Kebugaran jasmani dapat diukur melalui tes kebugaran jasmani. Pengukuran jasmani siswa sekolah dasar diperlukan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kebugaran jasmani nya dalam beraktivitas sehari-hari (Heryanto & Sudijandoko, 2019).

Dari hasil penelitian pejabat struktural di Kementerian Kesehatan RI Tahun 2013 menunjukkan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori kurang sekali 1%, kurang 37%, cukup 54%, baik 8%. Sedangkan dari hasil pemetaan tahun 2012 menunjukkan tingkat kebugaran jasmani kategori kurang 18%, cukup 72%, baik 9%, baik sekali 1%. Perilaku aktivitas jasmani cenderung semakin mengecil atau berkurang, terutama sejak awal tahun 2021 ketika diberlakukan pembatasan aktivitas masyarakat sebagai respons terhadap pandemi covid-19 di Indonesia sesuai dengan kebijakan pemerintah Indonesia, yang juga berdampak pada proses aktivitas masyarakat dan berpengaruh di dalam proses penyelenggaraan kegiatan pembelajaran di berbagai sekolah. Hasil penelitian Kristiyanti Hana tahun 2021 menunjukkan bahwa covid-19 berdampak pada pelaksanaan pembelajaran jasmani di sekolah, antara nya terhambat pelaksanaan kegiatan pembelajaran menjadi terkendala, metode pembelajaran guru dan siswa hanya melaksanakan pembelajaran secara daring dengan berbagai keterbatasan (Natal, 2022).

Kekuatan otot tungkai bisa dibandingkan berdasarkan kekuatan, kecepatan, kontraksi otot, jumlah serat otot putih, umur, ukuran dan jenis kelamin. Dalam masing-masing aktivitas fisik olahraga, otot memegang peranan yang menonjol dan tidak dapat dipisahkan. Segala gerak yang dikerjakan manusia disebabkan oleh otot, tulang, sendi, ligamen, dan tendon, maka gerak bisa terjadi lewat ketegangan otot dan banyaknya serabut otot yang dijalankan. Kekuatan otot bagi anak usia 9-10 tahun cukup menolong dalam menjalankan aktivitas sehari-hari di sekolah maupun aktivitas lain. Selain itu anak tidak mudah capek dalam melakukan aktivitas sehari-hari nya. Sedangkan untuk tingkat kekuatan otot pada anak-anak menurun karena kurangnya aktivitas fisik pada anak usia 9-10 tahun, terutama perkembangan teknologi modern saat ini. Lemahnya kekuatan otot anak akan berakibat turunya produktivitas anak dalam melakukan keterampilan motoriknya. Anak akan merasa kesulitan dalam memecahkan permasalahan yang ada dalam kehidupan sehari-hari maupun kemampuan dalam berolahraga. Selain itu anak juga akan terganggu dalam melakukan aktivitas mandiri nya. Kurang berkembangnya tingkat kekuatan otot pada anak usia 9-10 tahun juga bisa disebabkan oleh latar belakang keluarga yang kurang mendukung untuk melakukan aktivitas fisik (Saputra et al., 2018).

Berdasarkan penelitian terdahulu mengenai tingkat kekuatan otot tungkai pada anak usia 9-10 tahun. Dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan, gerakan *long agility* pada bulu tangkis membutuhkan kekuatan otot yang cukup besar, dan hasilnya masuk dalam kelompok “sedang” dengan rata-rata 38,865 ml/kg/menit. Sedangkan penelitian berikutnya untuk mengetahui dampak latihan *eccentric* dan *NMES* pada kekuatan otot tungkai atlet badminton amatir menurut (Rahman et al., 2021) dengan menggunakan *wall sit test* untuk mengukur kekuatan otot tungkai, waktu yang dicapai adalah 53,2 detik yang berada pada kisaran di

bawah standar. Hasil membaik sesudah latihan dan diukur saat latihan pada detik 178 termasuk dalam kategori sangat baik.

Kecamatan Junrejo bernaung di Kota Batu yang memiliki 17 Sekolah Dasar yang terdiri dari Negeri dan Swasta. Kecamatan Junrejo memiliki anak usia 9-10 tahun yang berjumlah 597 anak yang terdiri dari sekolah Negeri. Kekuatan otot tungkai diperlukan bagi anak usia 9-10 tahun, meninjau banyaknya anak usia 9-10 tahun pada daerah Kecamatan Junrejo. Kekuatan otot tungkai dapat dilatih melalui permainan yang dilakukan oleh anak usia 9-10 tahun, sehingga tanpa sadar adanya tingkat kekuatan otot tungkai yang sudah memiliki kategori baik pada anak usia 9-10 tahun.

## 2. Metode

Dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei, sehingga penelitian ini tidak merumuskan hipotesis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kategori kekuatan otot tungkai pada anak usia 9-10 tahun kelas IV Kecamatan Junrejo Kota Batu. Populasi penelitian ini merupakan anak usia 9-10 tahun kelas IV di SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu dengan jumlah 597 anak. Menentukan jumlah sampel dapat dilakukan dengan perhitungan statistik menggunakan rumus slovin sehingga diperoleh sebanyak 85 anak pada 2 sekolah. Teknik sampling yang digunakan adalah *random sampling*.

Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah tes *standing broad jump* untuk kekuatan otot tungkai. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif persentase, hitung rata-rata, nilai maksimal, nilai minimal, median, modus dan standar deviasi. Berikut norma yang dipakai pada penelitian ini:

**Tabel 1. Norma Kekuatan Otot Tungkai *Standing Broad Jump***

Laki-laki	Perempuan	Kategori
> 224	> 178	Baik Sekali
195 – 223	153 – 177	Baik
165 – 194	129 – 152	Sedang
136 – 164	104 – 128	Kurang
< 135	<103	Kurang Sekali

(Sumber: (TKSI Kemdikbud, 2021))

## 3. Hasil dan Pembahasan

Tujuan penelitian adalah mengetahui kategori tingkat kekuatan otot tungkai anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu Setelah melakukan penelitian didapatkan hasil berikut:

**Tabel 2. Hasil Keseluruhan Tes Kekuatan Otot Tungkai Anak Usia 9-10 Tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu**

<b>Norma</b>	<b>Frekuensi</b>		<b>Persentase</b>
Baik Sekali	0		0%
Baik	1		1,2%
Sedang	33		38,9%
Kurang	28		32,9%
Kurang Sekali	23		27%
<b>Jumlah</b>	<b>85</b>		<b>100%</b>
Mean (Rata-rata)	134,22	Median	136
Nilai Maksimal	188	Modus	165
Nilai Minimal	62	Standar Deviasi	28

Pada tabel 2 ditemukan hasil keseluruhan tes kekuatan otot tungkai anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu memiliki rata-rata 134,22 dan median sebesar 136. Dari total 85 anak laki-laki dan perempuan usia 9-10 tahun di Kecamatan Junrejo Kota Batu, hampir setengahnya berada kategori sedang dengan persentase sebesar 38,9%.

Berikut ini merupakan data hasil penelitian tingkat kekuatan otot tungkai anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu berdasarkan jenis kelamin.

**Tabel 3. Hasil Tes Kekuatan Otot Tungkai Anak Usia 9-10 Tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Laki-Laki**

<b>Norma</b>	<b>Hasil</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Baik Sekali	> 224	0	0%
Baik	195 - 223	0	0%
Sedang	165 - 194	23	46%
Kurang	136 - 164	12	24%
Kurang Sekali	< 135	15	30%
<b>Jumlah</b>		<b>50</b>	<b>100%</b>
Mean (Rata-rata)	145,38	Median	148
Nilai Maksimal	188	Modus	165
Nilai Minimal	70	Standar Deviasi	27

Pada Tabel 3 dapat diketahui bahwa hasil tes kekuatan otot tungkai anak laki-laki usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu memiliki rata-rata 145,38 dan median sebesar 148. Dari total 50 anak laki-laki usia 9-10 tahun di Kecamatan Junrejo Kota Batu, hampir setengahnya berada kategori sedang dengan persentase sebesar 46%.

**Tabel 4. Hasil Tes Kekuatan Otot Tungkai Anak Usia 9-10 Tahun Kecamatan Junrejo Laki-Laki**

<b>Norma</b>	<b>Hasil</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Baik Sekali	> 178	0	0%
Baik	153 – 177	1	2,9%
Sedang	129 – 152	10	28,5%
Kurang	104 – 128	16	45,7%
Kurang Sekali	<103	8	22,9%
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100%</b>
Mean (Rata-rata)	118,34	Median	120
Nilai Maksimal	158	Modus	125
Nilai Minimal	62	Standar Deviasi	20

Pada Tabel 4 ditemukan hasil tes kekuatan otot tungkai anak perempuan usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu memiliki rata-rata 118,34 dan median sebesar 120. Dari total 35 anak perempuan usia 9-10 tahun di Kecamatan Junrejo Kota Batu, hampir setengahnya berada kategori kurang dengan persentase sebesar 45,7%.

Keterampilan motorik anak dapat mulai berkembang sejak usia 9-10 tahun. Agar anak dapat mengenali dan memahami lingkungan sekitarnya anak harus aktif secara fisik, dan semakin banyak anak melatih otot maka kemampuan motorik nya akan bertambah terasah dan berkembang. Ketika kemampuan motoriknya semakin terasah melalui aktivitas fisik yang sering dilakukan, anak tidak akan kesulitan untuk membiasakan diri melakukan aktivitas motorik kasar (Sofia & Fatmawati, 2016). Setiap anak memiliki tingkat kekuatan yang berbeda. Kapasitas motorik salah satu kemampuan tubuh dengan mudah melakukan kegiatan sehari-hari tanpa merasa kelelahan. Keterampilan motorik merupakan gerakan fisik menggunakan sebagian besar otot besar atau seluruh bagian tubuh yang dipengaruhi oleh tingkat kematangan anak, meliputi gerakan motorik dasar, non motorik, dan manipulatif (Hakim, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui tingkat kekuatan otot tungkai anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu secara keseluruhan memiliki hasil tes rata-rata kekuatan otot tungkai sebesar 134,22 dengan persentase 38,9% dalam kategori sedang. Untuk hasil penelitian tingkat kekuatan otot tungkai siswa laki-laki memiliki hasil tes rata-rata tingkat kekuatan otot tungkai sebesar 145,38 dan berada kategori sedang dengan persentase 46%. Sedangkan hasil dari penelitian tingkat kekuatan otot tungkai siswa perempuan memiliki hasil tes rata-rata kekuatan otot tungkai sebesar 118,34 dan dalam kategori kurang dengan persentase 45,7%.

#### 1. Jenis Kelamin

Perbedaan dalam penampilan motorik antara anak laki-laki dan perempuan menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih kuat dibandingkan dengan anak perempuan. Jenis kelamin mempengaruhi kemampuan kekuatan karena otot anak laki-laki secara biologis lebih kuat dibandingkan otot anak perempuan, dan kekuatan otot anak perempuan hanya 2/3 dari otot anak laki-laki. Oleh karena itu, anak laki-laki memiliki kekuatan otot yang

lebih besar dibandingkan dengan anak perempuan. Selain itu, kondisi fisik anak perempuan berkembang lebih lambat dibandingkan dengan anak laki-laki (Susilo dan Triyanti, 2015). Maka, alasan siswa perempuan dimasukkan dalam kategori kurang pada penelitian ini karena siswa laki-laki memiliki rata-rata tingkat kekuatan otot tungkai lebih besar dibandingkan dengan rata-rata kekuatan otot tungkai siswa perempuan yang lebih kecil, sehingga dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin mempengaruhi kemampuan dalam bergerak.

## 2. Usia

Usia salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik anak, usia juga dapat mempengaruhi kesiapan dan kemampuan gerak anak. Dengan bertambahnya usia akan mempengaruhi kemampuan anak dalam melakukan aktivitasnya, sehingga usia dapat mempengaruhi kesanggupan seorang siswa dalam melakukan keterampilan motorik. (Rahyubi, 2012). Setelah dilakukan uji lapangan, ditemukan sebagian siswa usia 9 tahun berada pada kategori kurang, sedangkan siswa usia 10 tahun berada pada kategori sedang. Karena siswa usia 9 tahun masih terlihat lemah dalam melakukan gerakan, sehingga lompatan yang dilakukan kurang tepat. Sedangkan yang usia 10 tahun memiliki kestabilan dalam gerak, sehingga lebih mudah dan tepat untuk melakukan lompatan tersebut.

## 3. Antropometri

Pengukuran antropometri yang mengumpulkan data angka berkaitan dengan karakteristik ukuran, bentuk, dan kekuatan tubuh anak. Pengukuran tubuh dapat digunakan secara luas untuk pertimbangan meminimalisir dalam proses perancangan atau dalam perancangan produk dan sistem kerja yang digunakan oleh anak-anak (Pattiasina et al., 2022). Untuk pengukuran antropometri di SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 ini menggunakan bentuk antropometri untuk menilai parameter pertumbuhan fisik siswa yang meliputi tinggi badan, berat badan, dan panjang tungkai. Perkembangan siswa dapat dinilai dengan menggunakan instrumen khusus. Penyebab siswa dalam penelitian ini memasuki kategori kurang salah satunya adalah bentuk tubuh dan ukuran tubuh. Rendahnya kemampuan motorik siswa adalah tinggi badan dan panjang tungkai yang berbeda, karena tinggi badan dan panjang tungkai sangat berpengaruh besar terhadap gerak. Aktivitas mereka terlihat jelas ketika di lapangan. Anak yang memiliki berat badan yang lebih sangat kesulitan melakukan gerakan, sedangkan anak yang memiliki berat yang ideal lebih mudah melakukan gerakan atau lompatan.

## 4. Indeks Massa Tubuh

Indek massa tubuh ukuran yang dipergunakan untuk melihat status gizi seseorang yang didapat dari perbandingan berat badan dan tinggi badan. Berat badan sangat mempengaruhi aktivitas melompat. Berat badan yang bagus dan kelebihan berat badan mempengaruhi kecepatan, kekuatan dan tenaga untuk melakukan penolakan dan menghasilkan tenaga otot yang maksimal. Semua olahraga yang berbasis fisik memerlukan otot yang kuat. Pada saat yang sama, dalam olahraga yang memerlukan mobilitas seluruh tubuh tingkat tinggi di tanah (berlari dan melompat), lemak sesedikit mungkin sangat diperlukan. Otot-otot ini bertambah besar ukurannya dan jika otot-otot ini diberi beban

atau dilatih secara teratur, otomatis hal ini akan menyebabkan peningkatan berat dan kekuatan (Putu bagus et al., 2022).

Asupan dalam tubuh terpenuhi dengan baik, maka asupan tubuh akan sehat sehingga aktivitas sehari-hari dapat berjalan dengan optimal. Dalam hal ini, status gizi memegang peranan penting untuk memperoleh kemampuan motorik yang baik pada anak untuk melakukan aktivitas. Tinggi rendahnya perubahan atau status gizi tergantung pada pola makan yang dikonsumsi (Hermanto & Komaini, 2019). Siswa dalam penelitian ini termasuk dalam kategori kurang karena kurangnya kesadaran dan perhatian terhadap pangan dan gizi, hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang mengaku tidak sarapan sebelum berangkat sekolah, padahal sarapan itu penting bagi anak sebelum berangkat ke sekolah dan sering mengkonsumsi jajanan tidak bergizi saat istirahat merupakan hal yang perlu diwaspadai karena nilai gizi makanan yang baik membuat tubuh sehat dan mampu melakukan aktivitas fisik yang baik.

#### 5. Kondisi Fisik

Kondisi fisik anak yang tidak normal dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasarnya. Perkembangan motorik tidak hanya dipengaruhi oleh kematangan tetapi juga dipengaruhi kondisi fisik. Orang yang memiliki kondisi fisik normal mempunyai perkembangan motorik kasar yang lebih baik dibandingkan orang yang memiliki disabilitas fisik (Heryanto & Sudijandoko, 2019). Berdasarkan hasil data analisis, kondisi fisik yang ditinjau dari hasil tes kekuatan otot tungkai anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo berada pada kategori kurang. Kondisi fisik tubuh anak yang berbeda-beda mengakibatkan terjadinya faktor kurangnya kekuatan otot tungkai dan kurangnya aktivitas fisik juga dapat mempengaruhi perkembangan motorik pada anak. Sehingga siswa usia 9-10 harus melakukan aktivitas fisik agar dapat meningkatkan perkembangan motorik nya.

#### 6. Olahraga

Olahraga salah satu alternatif yang paling efektif dan nyaman untuk mendapatkan stamina karena berolahraga mempunyai banyak sekali manfaat, termasuk manfaat fisik, manfaat mental, manfaat sosial. Pelaksanaan pembelajaran PJOK yang dilaksanakan hanya satu kali dalam satu minggu dengan waktu yang terbatas pada masing-masing kelas dirasa masih kurang dalam memenuhi kebutuhan aktivitas fisik pada anak (Mustafa & Sugiharto, 2020). Hasil wawancara dari guru olahraga di SDN Beji 01 terdapat dua ekstrakurikuler di cabang olahraga pencak silat dan tenis meja. Sedangkan di SDN Mojorejo 02 terdapat ekstrakurikuler karate dan pencak silat. Maka, olahraga secara teratur dengan durasi dan intensitas yang baik akan dapat mempengaruhi peningkatan aktivitas fisik pada anak, sehingga dapat membantu meningkatkan kekuatan otot tungkai dan perkembangan motorik pada anak. Selain itu, menambah kegiatan anak dengan aktivitas fisik serta pembelajaran dengan didasari kondisi fisik dan motorik anak juga diharapkan dapat membantu meningkatkan kekuatan otot tungkai.

#### 4. Simpulan

Menurut hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan pada hasil tes kekuatan otot tungkai anak usia 9-10 tahun, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Kategori tingkat kekuatan otot tungkai keseluruhan anak usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu berada kategori sedang dan memiliki rata-rata kekuatan otot tungkai sebesar 134,22 yang terdapat 28 siswa dengan persentase 32,9%.
2. Kategori tingkat kekuatan otot tungkai siswa laki-laki usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu berada kategori sedang dan memiliki rata-rata kekuatan otot tungkai sebesar 145,38 yang terdapat 23 siswa dengan persentase 46%. Sedangkan kategori tingkat kekuatan otot tungkai siswa perempuan usia 9-10 tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu berada kategori kurang dan memiliki rata-rata kekuatan otot tungkai sebesar 145,38 yang terdapat 16 siswa dengan persentase 45,7%.

#### Ucapan Terima Kasih

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. Karena berkat, rahmat dan karunia serta mukjizat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan artikel skripsi dengan judul “Tingkat Kekuatan Otot Tungkai Anak Usia 9-10 Tahun SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 Kecamatan Junrejo Kota Batu”.

Penyelesaian artikel skripsi ini bukanlah sebuah akhir, melainkan sebuah titik awal baru untuk sebuah petualangan hidup yang baru. Penulis menyadari sepenuhnya pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian artikel skripsi ini. Penulis tidak bisa memberikan apa-apa selain mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu saya.

Secara khusus, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Roesdiyanto M.Kes dan Ibu Zumroh Hasanah, S.Keb., Bd., M.kes selaku dosen pembimbing yang telah sabar, meluangkan waktu, merelakan tenaga dan pikiran serta turut memberi perhatian dalam memberikan pendampingan selama proses penulisan skripsi ini. Dan saya ucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan ilmunya dan pengalamannya sebagai pengetahuan baru kepada penulis.

Terima kasih juga SDN Beji 01 dan SDN Mojorejo 02 atas diberikan kesempatan untuk dapat penelitian di sana dan terima kasih untuk teman-teman Pendidikan Kepelatihan Olahraga 2020 yang telah membantu dan memotivasi penulis.

Terima kasih untuk Ayah Farhan dan Ibu Musaroh serta kakak dan adik tercinta yang selalu memberikan dukungan berupa doa, semangat dan perhatian serta kasih sayang yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis hingga saat ini.

Mengingat kekurangan dan ketidaksempurnaan artikel skripsi ini, penulis berharap kepada semua pihak dapat memberikan pendapat, kritik, dan saran yang bersifat membangun guna perbaikan dan menyempurnakan artikel skripsi ini. Penulis mengalami banyak kesulitan dalam penyusunan artikel skripsi ini, tetapi Alhamdulillah dapat diselesaikan dengan baik.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan semoga amal baik yang telah diberikan mendapatkan balasan kepada Allah SWT. Amin.

### Daftar Rujukan

- Alfiani, A. P., & Hartoto, S. (2015). Pengukuran Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Tahun Ajaran 2014 – 2015 ( Studi pada Siswa Kelas III dan IV SDN Sidokare II Sidoarjo ) Alno Putri Alfiani Setiyo Hartoto. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 04(02), 407–411. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Adhi, B. P., Sugiharto, & Soenyoto, T. (2017). Pengaruh Latihan dan kekuatan Otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 713. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17315>
- Fitriani, N., & Bayu, W. (2019). Analisis kemampuan gerak dasar motorik peserta didik usia 7-10 tahun. *Seminar Nasional Olahraga*, 1(1), 247–258.
- Hasanuddin, M. I., & Hasanuddin, M. I. (2021). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkaidan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Tendangan Kearah Gawang Pada Mahasiswa Penjaskesrek Stkip Paris Barantai. *Cendekia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 9(2), 271–279. <https://doi.org/10.33659/cip.v9i2.210>
- Heryanto, A. R., & Sudijandoko, A. (2019). Survei Kondisi Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswa Kelas V SDN Kolpajung 2 Pamekasan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2), 213–218.
- Kemendes RI. (2013). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Meriyanto, D., Nurrochmah, S., & Heynoek, F. P. (2016). Hubungan antara Kekuatan otot Tungkai dengan Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(1), 145–158. <http://journal.um.ac.id/index.php/pendidikan-jasmani/article/view/7737/3555>
- Mustafa, P. S., & Sugiharto, S. (2020). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Sporta Sainatika*, 5(2), 199–218. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>
- Natal, Y. R. (2022). Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Peserta Didik SMP di Masa Pandemi. *Jurnal Penjakora*, 9(1), 62–70. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v9i1.46546>
- Pattiasina, N. H., Markus, P., & Pattiselanno, S. R. R. (2022). Kajian Antropometri Pengrajin Tenun Ikat Khas Maluku. *Jurnal Simetrik*, 11(2), 495–503. <https://doi.org/10.31959/js.v11i2.849>
- Putu bagus, I Made Yoga Parwata, & I Made Astika Yasa. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh Overweight dengan Daya Ledak Otot Tungkai dalam Olahraga Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Siswa Laki- Laki di Sma Negeri 8 Denpasar. *Jurnal Segar*, 10(2), 68–77. <https://doi.org/10.21009/segar/1002.03>
- Saputra, H., Primayanti, I., Studi, P., & Olahraga, P. (2018). Hubunga Kekuatan Otot Tungkai (Standing Broad Jump) dan Volume 5 Nomor 1 , Maret 2018 ISSN : 2355-4355. *Jurnal Olahraga*, 5, 7–10.
- Sudarso. (2022). Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Ketepatan Servis Sepak Takraw di Akademi Sepak Takraw Surabaya Sudarso. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(2), 414–422.