

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam mengubah arah, dalam posisi-posisi di arena tertentu. Kemampuan dalam mengubah arah dengan cepat memudahkan pemain sepak bola untuk melakukan berbagai teknik dalam pertandingan. Kelincahan adalah kemampuan pemain merubah arah dan kecepatan baik saat mengolah bola maupun saat melakukan pergerakan tanpa bola (Hadi, 2016, p. 215)

Untuk mendapatkan prestasi yang baik dalam permainan sepak bola tentunya harus ditunjang dengan penguasaan teknik dasar sepak bola. Salah satu keterampilan yang berperan penting dalam sepak bola adalah menggiring bola. Faktor kelincahan juga harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola agar mampu mengubah arah dan posisi dengan cepat untuk melewati lawan sehingga tercipta sebuah gol (Khozim & Nugroho, 2022, p. 37).

Anak usia sekolah mengalami tumbuh kembang yang cepat. Asupan gizi yang baik dari segi kuantitas maupun kualitas diperlukan agar tumbuh kembang anak dapat optimal. Pemberian gizi pada usia ini biasanya tidak berjalan secara sempurna, karena banyak faktor lingkungan sangat mempengaruhi perilaku makanannya (Nugroho, 2018, p. 58). Begitu juga untuk siswa SD Sukowiryo 1 Jelbuk yang sedang tumbuh kembang untuk dapat berlatih kelincahan.

Kelincahan juga di pengaruhi oleh postur tubuh dalam hal ini berat badan. Berat badan adalah ukuran yang lazim atau sering dipakai untuk menilai keadaan suatu gizi manusia. Berat badan diukur dengan alat ukur berat badan dengan satuan kilogram. Pengukuran berat badan dilakukan mempergunakan pakaian yang sesuai dengan kaidah pengukur berat badan (Dewi & Santika, 2020, p. 15).

SDN Sukowiryo 01, SD ini di bawah naungan Negeri. SDN Sukowiryo 01 ini memiliki 6 kelas yang terdiri dari kelas 1 sampai dengan kelas 6. SDN Sukowiryo 01 pernah menjuarai sepak bola, atletik, dan lari jarak jauh. SDN Sukowiryo 01 ini dikenal masyarakat dimana mendidik siswa untuk menjadikan anaknya untuk berprestasi.

Disini saya mengambil alasan judul ini karena. Disini saya tes nya merata yaitu siswa dan siswi, karena jika salah satu siswa atau siswi semangatnya bisa kurang dan juga bisa ditakutkan iri karena jika dipilih salah satu yaitu siswa atau siswi. Tes nya pun hanya kelas 4 dan kelas 5. Karena jika kelas 1 sampai kelas 3 yang di tes berpikirnya kurang dan juga sulit untuk diatur. Untuk kelas 6 dikarenakan fokus ujian dan juga memikirkan untuk kelulusannya.

1.2 Masalah Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “bagaimana hubungan berat badan dengan kelincahan di SDN Sukowiryo 01.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan berat badan dengan kelincahan siswa di SDN Sukowiryo 01.

1.4 Definisi Operasional

1.4.1 Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan tubuh atau bagian tubuh untuk mengubah arah gerakan secara mendadak dengan kecepatan yang relatif tinggi, misalnya kemampuan untuk berbelok-belok saat berlari, kemampuan untuk berlari bolak-balik dalam jarak dan jangka waktu tertentu, diukur dengan *agility t-test*.

1.4.2 Berat Badan

Berat badan adalah suatu ukuran yang diperlukan untuk pengukuran pertumbuhan fisik.

1.4.3 SDN Sukowiryo 01

SDN Sukowiryo 01, SD ini di bawah naungan Negeri. SDN Sukowiryo 01 ini memiliki 6 kelas yang terdiri dari kelas 1 sampai dengan kelas 6. Untuk kelas 1 sampai dengan kelas 5 berjumlah 28 siswa, dan kelas 6 berjumlah 31 siswa.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan informasi kepada para pembaca untuk mengenai cara mengetahui hubungan berat badan dengan kelincihan siswa dan siswi di SDN Sukowiryo 01.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian yang akan dilakukan ini merupakan penelitian lapangan yang dilakukan dengan melakukan tes kelincihan dengan cara *agility t-test*.

