

## **TESTOR KEBUGARAN JASMANI DAN SDI DI KABUPATEN SLEMAN**

### **A. NAMA KEGIATAN**

Kegiatan ini diberi nama “Pengukuran Kebugaran Jasmani dan *Sport Development Index* (SDI) di Kabupaten Sleman”

### **B. LATAR BELAKANG**

Olahraga memiliki peran yang makin penting dan strategis di dalam kehidupan era global yang penuh perubahan, persaingan, dan kompleksitas. Hal tersebut menyangkut pembentukan watak dan kepribadian bangsa serta upaya pengembangan dan peningkatan kualitas sumber daya manusia yang berkesinambungan. Olahraga dapat dilakukan sebagai latihan, pendidikan, hiburan, rekreasi, prestasi, profesi, politik, bisnis, industri, dan aspek lain dalam kehidupan manusia.

Pada tahun 1981 pemerintah Indonesia telah mencanangkan suatu gerakan yang lebih dikenal dengan sebutan panji olahraga, yaitu “Memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat.” Hal ini sebagai tindak lanjut dari pemikiran bahwa olahraga mengandung potensi positif guna membina individu sebagai sumber daya manusia pendukung pembangunan bangsa. Pencanangan tersebut diharapkan dapat mengupayakan suatu pembinaan olahraga di masyarakat yang ditujukan untuk merangsang dan membangkitkan motivasi dan partisi-

pasi masyarakat agar melakukan olahraga secara aktif dan terarah.

Landasan hukum dan politik pun dibangun dengan lahirnya Ke-tetapan MPR Nomor: II/MPR/1999 untuk melaksanakan pembangunan nasional di bidang olahraga secara terarah. Ketetapan tersebut berisi pokok-pokok kebijakan dalam pembangunan olahraga di Indonesia. Seperti yang dikemukakan dalam pokok-pokok kebijakan, peningkatan prestasi merupakan bagian penting dalam upaya mengangkat harkat dan martabat bangsa dan negara di dunia internasional.

Program “Garuda Emas” dan “Indonesia Bangkit” menjadi bukti bahwa upaya peningkatan prestasi olahraga tidak pernah berhenti dan akan terus diupayakan oleh bangsa Indonesia. Kendatipun demikian, dari sekian banyak cabang olahraga yang ada, baru cabang olahraga bulutangkis, angkat besi, dan panahan yang prestasinya mampu me-nembus standar internasional.

Beberapa pertanyaan mendasar dapat dikemukakan di sini, “Sudahkah olahraga telah memasyarakat di Indonesia?” “Sudahkah masyarakat Indonesia telah melakukan olahraga sebagai kebutuhan?” “Bagaimanakah pembangunan olahraga di daerah?” Atas dasar itulah perlu dilakukan penelitian kebugaran jasmani dan *sport development index* (SDI). Pada kesempatan ini penelitian dilakukan di Kabupaten Sleman, Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

### C. DASAR KEGIATAN

Tugas menjadi testor dalam penelitian kebugaran jasmani dan *sport development index* (SDI) di Kabupaten Sleman ini sesuai dengan surat penugasan/izin yang dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), Universitas Negeri Yogyakarta (UNY), nomor: 0120/J.35.16/KP/2006, tertanggal, 27 Januari 2006. Berdasarkan surat itu ada delapan dosen FIK UNY ditugasi dalam kegiatan tersebut.

Kedelapan dosen FIK UNY yang mendapat tugas menjadi testor dalam tes kebugaran jasmani dan *sport development index* (SDI) meliputi nama-nama seperti di bawah ini:

1. Nama : Suharjana, M.Kes.  
NIP : 131764494  
Pangkat/Gol. : Pembina Tingkat I, IV/b
2. Nama : Panggung Sutapa, M.S.  
NIP : 131572379  
Pangkat/Gol. : Pembina, IV/a
3. Nama : Yustinus Sukarmin, M.S.  
NIP : 131411062  
Pangkat/Gol. : Pembina, IV/a
4. Nama : Suryanto, M.Kes.  
NIP : 131808680  
Pangkat/Gol. : Pembina, IV/a
5. Nama : Eka Swasta Budayati, M.S.

NIP : 131655781

Pangkat/Gol. : Penata Muda Tingkat I, III/b

6. Nama : dr. Rachmah Laksmi Ambardini, M.Kes.

NIP : 132256204

Pangkat/Gol. : Penata Muda Tingkat I, III/b

7. Nama : Drs. Hadwi Prihatanta

NIP : 131570333

Pangkat/Gol. : Penata, III/c

8. Nama : Sumarjo, M.Kes.

NIP : 131873966

Pangkat/Gol. : Penata Muda Tingkat I, III/b

#### **D. TUJUAN KEGIATAN**

Beberapa tujuan dari penelitian kebugaran jasmani dan *sport development index* (SDI) di Kabupaten Sleman ini adalah:

1. Untuk mengetahui besarnya indeks kemajuan pembangunan olahraga di Kabupaten Sleman.
2. Untuk mengetahui besarnya indeks ruang terbuka yang digunakan untuk kegiatan olahraga di Kabupaten Sleman.
3. Untuk mengetahui besarnya indeks kebugaran jasmani para pelaku olahraga di Kabupaten Sleman.
4. Untuk mengetahui besarnya indeks sumber daya manusia (pelatih, instruktur, dan guru penjas) di Kabupaten Sleman.

## **E. RUANG LINGKUP KEGIATAN**

Kegiatan penelitian kebugaran jasmani dan *sport development index* (SDI), tahun 2006, di Kabupaten Sleman ini melibatkan murid-murid sekolah dari tingkat sekolah dasar (SD) sampai dengan sekolah lanjutan tingkat atas (SLTA). Setelah dilakukan pengacakan dari se- luruh populasi yang ada akhirnya terpilih Kecamatan Mlati sebagai sampel penelitian. Perlu diketahui bahwa di Kabupaten Sleman ada tujuh belas kecamatan, yaitu: Moyudan, Godean, Minggir, Gamping, Seyegan, Sleman, Ngaglik, Mlati, Tempel, Turi, Prambanan, Kalasan, Berbah, Ngemplak, Pakem, Depok, dan Cangkringan.

## **F. TEMPAT DAN WAKTU KEGIATAN**

Pelaksanaan kegiatan penelitian kebugaran jasmani dan *sport development index* (SDI) di Kabupaten Sleman, tahun 2006 ini berlangsung di lapangan Tridadi Kabupaten Sleman. Waktu pelaksanaannya adalah Minggu, 29 Januari 2006, dari pukul 07.00 s.d. 12.00 WIB. Sengaja dipilih hari Minggu supaya pelaksanaan kegiatan tersebut tidak mengganggu proses pembelajaran di sekolah, karena sampel penelitian melibatkan murid-murid sekolah.

## **G. PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN**

Pengambilan data kebugaran jasmani dimulai dari murid-murid SD, dilanjutkan SLTP, dan terakhir SLTA. Murid-murid SD didahulukan karena secara fisik dan mental mereka masih lemah dibandingkan

dengan murid-murid SLTP dan SLTA. Ketika kegiatan dimulai hari masih pagi dan belum panas, sehingga tidak menimbulkan masalah bagi murid-murid SD dalam pelaksanaannya.

Proses pengukuran kebugaran jasmani berjalan dengan lancar, berkat bantuan semua pihak yang terlibat dalam kegiatan ini, seperti: murid-murid yang dengan tertib mengikuti tes kebugaran jasmani, juga para guru penjas dan orang tua yang ikut mendampingi mereka ketika tes berlangsung. Oleh karena itu, tes yang semula diperkirakan akan selesai pukul 13.00 WIB dapat diakhiri satu jam lebih cepat.

Alat yang dipakai untuk mengetahui status kebugaran jasmani murid-murid sekolah adalah tes multistap. Dengan menggunakan tes multistap tersebut akhirnya dapat diketahui besarnya indeks kebugaran jasmani murid-murid dari SD sampai dengan SLTA di Kabupaten Sleman, yaitu:

1. Tingkat SD = 0,277.
2. Tingkat SLTP = 0,370.
3. Tingkat SLTA = 0,343.

Dengan melihat besarnya indeks kebugaran jasmani dapat disimpulkan bahwa status kebugaran jasmani murid-murid SD s.d. SLTA di Kabupaten Sleman termasuk rendah. Kondisi seperti ini sungguh memprihatinkan semua pihak, seperti: orang tua, guru penjas, KONI, dan pemerintah. Meskipun demikian masing-masing tidak boleh saling menyalahkan, pada saat seperti ini yang dibutuhkan

adalah kerja sama untuk mencari solusi.