

Budaya Berolahraga Anak Usia Sekolah Dasar di Jawa Timur: Studi Eksplorasi Berdasarkan Gender dan Kegiatan Waktu Luang

Yermia Kristiana¹, Ahmad Lani², Agung Yuda³

^{1,2,3}IKIP Budi Utomo, Malang, Indonesia

Article Info

Article history:

Accepted: 22 Januari 2023

Publish: 25 Januari 2023

Keywords:

Sports Culture; Gender; Free Time

Abstrak

Kendati sering disebut, ternyata belum ada penelitian mendalam terhadap budaya berolahraga di Indonesia. Penelitian ini mengajukan permasalahan: apakah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan serta membandingkan budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur berdasarkan gender dan kegemaran kegiatan waktu luang. Untuk menjawabnya maka dilaksanakan pengumpulan data secara daring yang dikenal dengan *Internet Mediated Research* (IMR). Data berskala interval dan nominal, untuk skala interval adalah budaya berolahraga sedangkan untuk skala nominal adalah gender dan kegemaran waktu luang, karena itu data dianalisis dengan teknik uji-t sampel independen yaitu dengan uji rerata tunggal dengan kriteria dan uji beda 2 rerata, disimpulkan bahwa budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, tidak terdapat perbedaan budaya berolahraga anak laki-laki dan perempuan usia Sekolah Dasar Jawa Timur dan terdapat perbedaan budaya olahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur yang mempunyai kegemaran olahraga dan bukan olahraga.

Article Info

Article history:

Accepted: 22 Januari 2023

Publish: 25 Januari 2023

Abstract

Although it is often mentioned, it turns out that there has been no in-depth research on sports culture in Indonesia. This research raises a question: does the sport culture of East Java Elementary School age children fulfill the predetermined criteria and compares the sport culture of East Java Elementary School aged children based on gender and hobbies for free time activities. To answer this, online data collection is carried out which is known as the Internet Mediated Research (IMR). Interval and nominal scale data, for the interval scale is sports culture while for the nominal scale are gender and leisure time preferences, therefore the data is analyzed using an independent sample t-test technique, namely with a single mean test with criteria and a different test with 2 means, it is concluded that culture East Java elementary school-age children exercising have met predetermined criteria, there are no differences in the sports culture of boys and girls of East Java elementary school age and there are differences in the sports culture of East Java elementary school-age children who have a penchant for sports and not sports.

This is an open access article under the [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



Corresponding Author:

Yermia Kristiana

IKIP Budi Utomo, Malang, Indonesia

Email: kristianayermia@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Partisipasi aktif berolahraga bisa mendapatkan keuntungan positif salah satunya adalah pengurangan risiko akibat penyakit tidak menular (PTM) antarlain penyakit jantung, stroke, diabetes dan beberapa jenis kanker serta membantu mencegah hipertensi yang bisa mengakibatkan kematian dini. Wanita ada pengurangan resiko kanker usus besar melalui aktivitas fisik pada waktu luang, sedangkan untuk laki-laki, pengurangan risiko dikaitkan dengan waktu luang dan aktivitas fisik yang berhubungan dengan pekerjaan (Friedenreich et al., 2010). Olahraga dan aktivitas fisik telah menjadi isu utama dalam penelitian kesejahteraan dan kesehatan selama beberapa tahun terakhir. Kebijakan beberapa negara telah mendorong penduduk agar terlibat lebih banyak aktivitas fisik untuk meningkatkan kesehatan dan mengurangi biaya perawatan kesehatan masyarakat (Downward & Dawson, 2016). Korelasi antara aktivitas fisik dan kesejahteraan

582 | Budaya Berolahraga Anak Usia Sekolah Dasar di Jawa Timur: Studi Eksplorasi Berdasarkan Gender dan Kegiatan Waktu Luang (Yermia Kristiana)

ditemukan disemua kelompok umur, termasuk kaum muda, pelajar, dewasa dan orang tua. Secara khusus, aktivitas fisik yang dilakukan pada waktu luang memiliki hubungan yang signifikan dengan kebahagiaan individu dan kepuasan hidup pada orang dewasa usia 50 dan 70 tahun (Lera-López et al., 2017).

Untuk mendorong setiap orang agar aktif secara fisik penting untuk mempertimbangkan kebutuhan dan preferensi yang berbeda berdasarkan gender. Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan disepanjang hayat, laki-laki lebih aktif secara fisik mulai di dalam rahim, masa bayi, masa anak-anak, remaja, dewasa hingga usia tua. Laki-laki lebih aktif secara fisik di dalam rahim dengan jumlah gerakan kaki yang lebih banyak per menit dari pada perempuan selama perkembangan prenatal dan postnatal (Robert Almlí et al., 2001). Aktivitas fisik sehari-hari anak-anak pra-sekolah dan kelas tiga di Denmark menunjukkan bahwa anak laki-laki umumnya lebih aktif secara fisik daripada anak perempuan 18% pada usia 6-7 tahun, dan 16% pada usia 9-10 tahun (Nielsen et al., 2011).

Ulasan terbaru menyimpulkan bahwa aktivitas fisik diwaktu luang memiliki potensi yang lebih besar untuk mempengaruhi kesejahteraan secara positif dibandingkan dengan aktivitas fisik yang berhubungan dengan pekerjaan atau transportasi (White et al., 2017). Dalam studi lain menunjukkan bahwa frekuensi berolahraga dan bermain olahraga berkorelasi positif dengan kepuasan hidup, tetapi efeknya lebih tinggi diantara individu yang berolahraga untuk "kesenangan" (Dolan et al., 2014). Seseorang yang termotivasi berolahraga memiliki efek yang lebih besar pada kesejahteraan, bentuk-bentuk latihan olahraga yang menyenangkan memiliki potensi lebih besar untuk meningkatkan kesejahteraan dibandingkan dengan olahraga kompetitif dan olahraga yang berhubungan dengan menurunkan berat badan (Jetzke & Mutz, 2020). Dapat disimpulkan bahwa melakukan olahraga untuk kesenangan memiliki efek yang lebih besar untuk kesejahteraan, daripada melakukan olahraga untuk tujuan prestasi ataupun untuk menurunkan berat badan.

Sampai saat ini, tingkat aktivitas fisik yang direkomendasikan di banyak negara adalah sama untuk anak-anak dan orang dewasa baik pria maupun wanita. Misalnya, rekomendasi Australia adalah 60 menit aktivitas fisik dengan intensitas sedang hingga berat/hari sedangkan 30 menit/hari untuk orang dewasa, tetapi tidak ada penyempurnaan lebih lanjut terkait gender. Namun Studi yang dilakukan The American Journal of Human Biology menunjukkan, anak-anak usia 9-10 tahun yang menghabiskan 75 persen waktu mereka dengan aktivitas kurang gerak memiliki risiko sembilan kali lebih besar mengalami kurangnya koordinasi motorik dibanding anak-anak sebaya yang melakukan aktivitas fisik (Kompas.com, 1 September 2021). Perkembangan teknologi dan kemajuan global ternyata tak cuma membawa dampak positif, melainkan juga dampak negatif. Tak hanya orang dewasa, gaya hidup kurang gerak pun kini semakin banyak melanda anak-anak. Dengan semakin majunya teknologi, semakin banyak anak yang belajar dan bermain di depan gadget kegiatan bermain (aktivitas fisik) di luar rumah seperti yang dilakukan anak-anak generasi sebelumnya kini mulai pudar.

Kebudayaan mencakup (1) ideologi, yang menunjuk pada keyakinan, pengetahuan dan nilai-nilai pemandu hidup manusia, (2) organisasi sosial yang menunjuk pada tatanan dan kegiatan yang digunakan oleh manusia untuk saling berinteraksi, (3) teknologi yang menunjuk pada kegiatan dan benda-benda yang dibuat dan digunakan manusia untuk memanipulasi dunia benda (Rosidi, 2021). Olahraga bisa diartikan sebagai aktivitas yang melibatkan fisik dan keterampilan dari individu atau tim, dilakukan untuk hiburan dan prestasi. Budaya berolahraga mengacu pada pengetahuan, kesadaran dan partisipasi aktif berolahraga (aktivitas fisik aktif). Budaya berolahraga adalah perilaku, pengetahuan dan kebiasaan orang untuk mengembangkan potensi fisiknya. Seseorang yang memiliki budaya berolahraga adalah seseorang yang senantiasa beraktivitas aktif dalam kegiatan fisik baik dalam pekerjaan, rekreasi maupun untuk olahraga prestasi yang pada akhirnya akan terbentuk kebugaran jasmani dalam dirinya. Poin penting dalam budaya berolahraga disini adalah memiliki pengetahuan, kesadaran untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan fisik dan terciptanya kebugaran jasmani. Budaya olahraga merujuk pada sikap nilai positif dari subjek sosial (individu, kelompok sosial, atau masyarakat secara keseluruhan) terhadap olahraga (Barinov, n.d.).

Waktu luang diartikan sebagai waktu senggang setelah segala kegiatan inti telah dilakukan, atau dengan kata lain waktu lebih untuk melakukan kegiatan lain sesuai dengan keinginan yang bersifat positif. Konsepsi humanistik mendefinisikan waktu luang sebagai cerminan keadaan keberadaan atau jiwa seseorang. Konsepsi ini mencakup pendekatan yang mempersepsikan waktu luang sebagai sarana mempertahankan hidup, menurut konsepsi sosiologis yang mengacu pada pekerjaan sebagai bagian sentral dari kehidupan manusia dan waktu luang sebagai antitesisnya, sedangkan menurut konsepsi moral, memeriksa waktu luang pada rangkaian berikut: gerakan - istirahat, isolasi - bersosialisasi, dan rekreasi (Davidovitch & Soen, 2016)

Gender disini bukan tentang feminim atau maskulin tetap merujuk pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan, gender adalah hal-hal yang menurut masyarakat merupakan makna menjadi seorang wanita atau pria (Maksum, 2011). Aktivitas fisik didefinisikan sebagai setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang menghasilkan pengeluaran energi. Aktivitas fisik dengan intensitas yang sedang secara teratur memiliki manfaat kesehatan yang luas bagi orang-orang untuk segala usia, jenis kelamin, ras, kondisi dan bentuk kesehatan, seperti yang ditunjukkan pada penurunan angka kesakitan dan kematian, peningkatan kualitas hidup dan kemandirian di hari tua (Piercy et al., 2018).

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka perlu diadakan penelitian yang bertujuan untuk menghasilkan pengetahuan tentang apakah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, apakah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur baik laki-laki maupun perempuan telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, apakah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur baik yang mempunyai kegemaran olahraga maupun tidak mempunyai kegemaran olahraga di waktu luang telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan serta membandingkan budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur berdasarkan gender dan kegemaran kegiatan di waktu luang.

2. METODE

Penelitian ini dapat digolongkan sebagai penelitian sekunder. Penelitian sekunder adalah data dikumpulkan oleh orang lain (Boslaugh, 2007). Dalam penelitian ini data dikumpulkan dan disistemisasi oleh Pusat Kajian Literasi Fisik dan Olahraga Pendidikan Sekolah Pascasarjana IKIP Budi Utomo. Berdasarkan uraian dari pusat kajian dikemukakan bahwa instrument yang digunakan berasal dari adaptasi karya Wang & Lin from Motivation in Education Reseach Lab. National Institut of Education, Singapore and Wee & Soo from Agency of Integrated Care, Singapore (Wang C K J Lim B S C Wee S L and Soon F, 2011) yang sudah divalidasi dengan indikatornya adalah sebagai berikut : (1) Keyakinan terhadap manfaat olahraga dalam membangkitkan kesanggupan untuk mengatasi rintangan, (2) Keyakinan bahwa olahraga menjaga seseorang untuk tetap sehat dan bugar, (3) Keyakinan bahwa olahraga bermanfaat untuk kesejahteraan jiwa dan menghindari stres dan (4) Keaktifan dalam berolahraga atau bergerak badan.

Pengumpulan data digunakan metode *Internet-mediated research* (IMR). Data populasi berasal dari Survei Nasional Budaya dan Perilaku Olahraga Pelajar Indonesia, dengan menggunakan teknik pengumpulan data *snowballsampling*. Teknik *snowball sampling* adalah suatu teknik penentuan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil, kemudian membesar, ibarat bola salju yang menggelinding yang lama-lama menjadi besar (Sugiono, 2014). Seluruh responden sebanyak 6561, sedangkan sampel yang digunakan dan sudah disaring hanya untuk anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur saja berjumlah 1456 siswa.

Untuk menguji hipotesis tersebut peneliti menggunakan teknik analisis yaitu uji-t sampel indenpenden yaitu dengan uji rerata tunggal dengan kriteria dan uji beda 2 rerata (Rosidi, Sakban., Rosidi, 2021).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Penelitian

A. Diskripsi Data

Berdasarkan manual data yang diberikan oleh Pusat Kajian Literasi Fisik dan Olahraga Pendidikan, berikut disajikan tabel komponen penilaian, jumlah butir, nilai teoretik, dan kriteria kelayakan (Tabel 4.1):

Tabel 4.1: Komponen Penilaian, Jumlah Butir, Nilai Teoretik, dan Kriteria Kelayakan

No.	Variabel	Jumlah Butir	Nilai Teoretik	Kriteria Kelayakan*
1	Budaya Berolahraga	4	4 - 40	$\bar{x} \geq 25$

* Dihitung berdasarkan nilai paling rendah untuk kategori **BAIK**.

Tabel 4.2. Statistik Deskriptif Budaya Berolahraga Pelajar Jawa Timur

		Statistics				
		Budaya Berolahraga	Laki-laki	Perempuan	Kegemaran Olahraga	Kegemaran Bukan Olahraga
N	Valid	1456	692	764	897	559
	Missing	0	764	692	559	897
	Mean	35.19	35.13	35.25	35.47	34.73
Std. Deviation		4.997	5.138	4.868	4.820	5.241
Minimum		9	13	9	12	9
Maximum		40	40	40	40	40

Berdasarkan hasil analisis deskriptif SPSS for Windows Release 13.00, diperoleh tabel statistik deskriptif yang memberi gambaran umum variabel penelitian ini. Rerata skor penilaian terhadap budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur adalah 35.19, yang berada di atas kategori kelayakan yang sangat baik. Rerata skor penilaian terhadap budaya berolahraga anak laki-laki usia Sekolah Dasar Jawa Timur adalah 35.13, yang berada pada tingkat kelayakan sangat baik. Rerata skor penilaian terhadap budaya berolahraga anak perempuan usia Sekolah Dasar Jawa Timur adalah 35.25, yang juga berada pada tingkat kelayakan sangat baik. Rerata skor penilaian terhadap budaya berolahraga anak yang mempunyai kegemaran olahraga diwaktu luang usia Sekolah Dasar Jawa Timur adalah 35.47, yang berada pada tingkat kelayakan sangat baik. terakhir, rerata skor penilaian terhadap budaya berolahraga anak yang tidak mempunyai kegemaran olahraga diwaktu luang usia Sekolah Dasar Jawa Timur adalah 34.73, yang tepat berada pada batas bawah kategori kelayakan sangat baik (Periksa Tabel 4.2.). Setelah melihat data di atas dapat disimpulkan bahwa rata - rata budaya berolahraga pelajar secara umum maupun secara khusus berdasakan dari gender (laki-laki dan perempuan) dan kegemaran waktu luang (olahraga dan bukan olahraga) telah melampaui nilai standar baik yang telah ditentukan, selisih antara rerata hitung dengan kriteria keberhasilan yang ditetapkan ($\bar{x} \geq 25$) cukup besar. Untuk mengetahui apakah perbedaan ini cukup signifikan atau tidak, dilakukan analisis uji satu rerata terhadap nilai hipotetik sebagai kriteria. Dengan menu *analisis compare means - one sample test*, yang tersedia pada SPSS for Windows.

B. Pengujian Hipotesis

Tabel 4.3 Rekapitulasi Hasil Analisis *One-Sample Test*

No	Variabel	Kriteria Kelayakan	Mean	t	df	t tabel	Nilai Signifikansi	Taraf Signifikansi
1	Budaya Berolahraga	$X \geq 25$	35,19	77,81	1445	1,65	0.000	0,05

2	Budaya Berolahraga anak laki-laki	$X \geq 25$	35,13	51,85	691	1,65	0.000	0,05
3	Budaya Berolahraga anak perempuan	$X \geq 25$	35,25	58,17	763	1,65	0.000	0,05
4	Budaya berolahraga anak yang mempunyai kegemaran olahraga	$X \geq 25$	35,47	65,08	896	1,65	0.000	0,05
5	Budaya berolahraga anak yang tidak mempunyai kegemaran olahraga	$X \geq 25$	34,73	43,91	558	1,65	0.000	0,05

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk menjawab masalah yang diajukan masing-masing adalah sebagai berikut: (1) menjawab rumusan masalah pertama yaitu apakah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hipotesis alternatifnya adalah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hasil analisis menggunakan SPSS ditemukan bahwa selisih antara rata-rata budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur (35,19) dengan kriteria baik yang telah ditetapkan (25) adalah 10,19 lebih besar. Untuk mengetahui apakah perbedaan ini cukup signifikan atau tidak dilakukan analisis uji t tunggal dengan kriteria, diperoleh koefisien $t_{empirik}$ 77,81 dan nilai $t_{\alpha,0,05}$ untuk df 1455 adalah 1,65, nampak jelas bahwa nilai $t_{empirik}$ (77,81) lebih besar dari nilai $t_{\alpha,0,05}$ (1,65) jadi dapat diputuskan untuk menolak hipotesis nihil dan menerima hipotesis alternatif. Ini bermakna bahwa budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan., (2) menjawab rumusan masalah kedua yaitu apakah budaya berolahraga anak laki-laki usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hipotesis alternatifnya adalah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hasil analisis menggunakan SPSS ditemukan bahwa selisih antara rata-rata budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur (35,13) dengan kriteria baik yang telah ditetapkan (25) adalah 10,13 lebih besar. Untuk mengetahui apakah perbedaan ini cukup signifikan atau tidak dilakukan analisis uji t tunggal dengan kriteria, diperoleh koefisien $t_{empirik}$ 51,85 dan nilai $t_{\alpha,0,05}$ untuk df 691 adalah 1,65, nampak jelas bahwa nilai $t_{empirik}$ (51,85) lebih besar dari nilai $t_{\alpha,0,05}$ (1,65) jadi dapat diputuskan untuk menolak hipotesis nihil dan menerima hipotesis alternatif. Ini bermakna bahwa budaya berolahraga anak laki-laki usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan, (3) menjawab rumusan masalah ketiga yaitu apakah budaya berolahraga anak perempuan usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hipotesis alternatifnya adalah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hasil analisis menggunakan SPSS ditemukan bahwa selisih antara rata-rata budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur (35,85) dengan kriteria baik yang telah ditetapkan (25) adalah 10,85 lebih besar. Untuk mengetahui apakah perbedaan ini cukup signifikan atau tidak dilakukan analisis uji t tunggal dengan kriteria, diperoleh koefisien $t_{empirik}$ 58,17 dan nilai $t_{\alpha,0,05}$ untuk df 763 adalah 1,65, nampak jelas bahwa nilai $t_{empirik}$ (35,17) lebih besar dari nilai $t_{\alpha,0,05}$ (1,65) jadi dapat diputuskan untuk menolak hipotesis nihil dan menerima hipotesis alternatif. Ini bermakna bahwa budaya berolahraga anak perempuan usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik

yang ditetapkan, (4) menjawab rumusan masalah keempat yaitu apakah budaya berolahraga anak perempuan usia Sekolah Dasar Jawa Timur yang mempunyai kegemaran olahraga telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hipotesis alternatifnya adalah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hasil analisis menggunakan SPSS ditemukan bahwa selisih antara rata-rata budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur (35,47) dengan kriteria baik yang telah ditetapkan (25) adalah 10,47 lebih besar. Untuk mengetahui apakah perbedaan ini cukup signifikan atau tidak dilakukan analisis uji t tunggal dengan kriteria, diperoleh koefisien t_{empirik} 65,08 dan nilai $t_{\alpha,0,05}$ untuk df 896 adalah 1,65, nampak jelas bahwa nilai t_{empirik} (65,08) lebih besar dari nilai $t_{\alpha,0,05}$ (1,65) jadi dapat diputuskan untuk menolak hipotesis nihil dan menerima hipotesis alternatif. Ini bermakna bahwa budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur yang mempunyai kegemaran olahraga telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan, (5) menjawab rumusan masalah kelima yaitu apakah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur yang mempunyai kegemaran bukan olahraga telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hipotesis alternatifnya adalah budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan. Hasil analisis menggunakan SPSS ditemukan bahwa selisih antara rata-rata budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur (34,73) dengan kriteria baik yang telah ditetapkan (25) adalah 9,73 lebih besar. Untuk mengetahui apakah perbedaan ini cukup signifikan atau tidak dilakukan analisis uji t tunggal dengan kriteria, diperoleh koefisien t_{empirik} 43,91 dan nilai $t_{\alpha,0,05}$ untuk df 558 adalah 1,65, nampak jelas bahwa nilai t_{empirik} (43,91) lebih besar daripada nilai $t_{\alpha,0,05}$ (1,65) jadi dapat diputuskan untuk menolak hipotesis nihil dan menerima hipotesis alternatif. Ini bermakna bahwa budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur yang mempunyai kegemaran bukan olahraga telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan.

Tabel 4.4 Rekapitulasi Hasil Analisis *Independent Samples*

No	Variabel	t	df	t tabel	Nilai Signifikansi	Taraf Signifikansi
1	Budaya Berolahraga anak laki-laki dan perempuan	0,453	1454	1,96	0,146	0,05
2	Budaya Berolahraga anak-anak yang mempunyai kegemaran olahraga dan anak yang tidak mempunyai kegemaran olahraga	2,756	1454	1,96	0,030	0,05

Pengujian Hipotesis yang dihasilkan adalah (1) untuk menjawab rumusan masalah keenam, apakah ada perbedaan budaya berolahraga anak laki-laki dan perempuan usia Sekolah Dasar di Jawa Timur. Hipotesis alternatifnya adalah ada perbedaan budaya berolahraga anak laki-laki dan perempuan usia Sekolah Dasar di Jawa Timur. Dengan asumsi bahwa varians-nya adalah sama, maka diperoleh koefisien t_{empirik} sebesar 0,453. Dalam rangka pengujian, nilai $t_{\alpha,0,05}$ untuk df 1454 adalah 1,960, tampak jelas bahwa t_{empirik} (0,453) lebih kecil dari $t_{\alpha,0,05}$ (1,960). Dengan demikian bisa diputuskan untuk menolak Hipotesis Nihil dan menerima hipotesis alternatif. Karena itu, disimpulkan tidak terdapat perbedaan budaya olahraga laki-laki maupun perempuan anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur (2) untuk menjawab rumusan masalah ketujuh, apakah ada perbedaan budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar di Jawa Timur yang mempunyai kegemaran olahraga dan bukan olahraga. Hipotesis alternatifnya adalah ada perbedaan budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar di Jawa Timur yang mempunyai kegemaran olahraga dan bukan olahraga. Dengan asumsi bahwa varians-nya adalah sama, maka diperoleh koefisien t_{empirik} sebesar 2,756. Dalam rangka

pengujian, nilai $t_{\alpha,0,05}$ untuk df 1454 adalah 1,960, tampak jelas bahwa t_{empirik} (2,756) lebih besar dari $t_{\alpha,0,05}$ (1,960). Dengan demikian bisa diputuskan untuk menolak Hipotesis Nihil dan menerima hipotesis alternatif. Karena itu, disimpulkan terdapat perbedaan budaya olahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur yang mempunyai kegemaran olahraga dan bukan olahraga.

3.2. Pembahasan

Setelah memperhatikan hasil analisis hipotesis 1, 2, 3, 4 dan 5 budaya berolahraga anak usia Sekolah dasar baik itu laki-laki dan perempuan maupun anak yang mempunyai kegemaran olahraga dan kegemaran bukan olahraga telah memenuhi kriteria baik yang telah ditetapkan. Hal tersebut disebabkan karena peserta didik laki-laki dan perempuan maupun yang mempunyai kegemaran olahraga dan bukan olahraga, mendapatkan pengetahuan dan wawasan tentang berolahraga aktivitas olahraga hanya melalui pelajaran Penjaskes di sekolah. Ini diperkuat dengan apa yang disampaikan oleh Aswara (2021) yang menyatakan bahwa anak usia Sekolah Dasar baru mengenal dan melakukan aktivitas olahraga melalui program pelajaran Penjaskes di sekolah (makalah disajikan dalam International Seminar and Workshop on the New Vision of Physical and Sport Education) pendapat tersebut diperkuat oleh penelitian Strong dkk yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk aktif secara fisik selama di sekolah (Strong et al., 2005).

Hasil analisis hipotesis keenam menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan budaya berolahraga anak laki-laki dan perempuan usia Sekolah Dasar, ini berarti proses emansipasi dalam olahraga sudah mulai berlangsung. Hal ini terjadi karena mereka diwajibkan untuk mengikuti pembelajaran Penjaskes yang ada di sekolah. Penelitian yang sejalan dengan peneltai ini adalah penelitian yang dilakukan Mao dkk yang mengemukakan bahwa tidak ada perbedaan gender yang signifikan dalam melakukan aktivitas olahraga (Mao et al., 2020). Untuk hipotesis ketujuh kegemaran waktu luang antara olahraga dan bukan olahraga sangat berpengaruh terhadap budaya olahraga karena biasanya anak yang gemar berolahraga mengisi waktu luangnya dengan olahraga. Dan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh White dkk bahwa aktivitas fisik selama waktu senggang, yaitu di waktu luang, memiliki potensi yang lebih besar untuk mempengaruhi kesejahteraan secara positif dibandingkan dengan aktivitas fisik yang berhubungan dengan pekerjaan atau transportasi (White et al., 2017).

Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan budaya berolahraga anak laki-laki dan perempuan usia Sekolah Dasar, ini berarti proses emansipasi dalam olahraga sudah mulai berlangsung. Hal ini terjadi karena mereka diwajibkan untuk mengikuti pembelajaran Penjaskes yang ada di sekolah, tetapi apabila di luar sekolah budaya berolahraga anak laki-laki dan perempuan berbeda, oleh karena itu penelitian lanjutan perlu dilakukan bagi perempuan/gender di luar sekolah. Kegemaran waktu luang antara olahraga dan bukan olahraga sangat berpengaruh terhadap budaya olahraga oleh sebab itu perlu ditingkatkan supaya senang menggunakan waktu luangnya dengan berolahraga dengan menyediakan sarana dan prasarana olahraga.

4. SIMPULAN

Beberapa kesimpulan dihasilkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan, (2) budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar laki-laki Jawa Timur telah memenuhi kriteria memadai yang ditetapkan, (3) budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar perempuan Jawa Timur telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan, (4) tidak terdapat perbedaan budaya berolahraga anak laki-laki dan perempuan usia Sekolah Dasar di Jawa Timur, (5) budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa Timur yang mempunyai kegemaran olahraga telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan, (6) budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar Jawa

Timur yang mempunyai kegemaran bukan olahraga telah memenuhi kriteria baik yang ditetapkan dan (7) terdapat perbedaan budaya berolahraga anak usia Sekolah Dasar yang mempunyai kegemaran olahraga dan bukan olahraga di Jawa Timur.

5. DAFTAR RUJUKAN

- Barinov, S. Y. (n.d.). *SPORTS EDUCATION AND SPORTS CULTURE*.
- Boslaugh, S. (2007). Secondary data sources for public health: A practical guide. *Secondary Data Sources for Public Health: A Practical Guide*, 1–152. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511618802>
- Davidovitch, N., & Soen, D. (2016). Leisure in the twenty-first century: the case of Israel. *Israel Affairs*, 22(2). <https://doi.org/10.1080/13537121.2016.1140347>
- Dolan, P., Kavetsos, G., & Vlaev, I. (2014). The Happiness Workout. *Social Indicators Research*, 119(3). <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0543-0>
- Downward, P., & Dawson, P. (2016). Is it Pleasure or Health from Leisure that We Benefit from Most? An Analysis of Well-Being Alternatives and Implications for Policy. *Social Indicators Research*, 126(1). <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0887-8>
- Friedenreich, C. M., Neilson, H. K., & Lynch, B. M. (2010). State of the epidemiological evidence on physical activity and cancer prevention. *European Journal of Cancer*, 46(14). <https://doi.org/10.1016/j.ejca.2010.07.028>
- Jetzke, M., & Mutz, M. (2020). Sport for Pleasure, Fitness, Medals or Slenderness? Differential Effects of Sports Activities on Well-Being. *Applied Research in Quality of Life*, 15(5). <https://doi.org/10.1007/s11482-019-09753-w>
- Lera-López, F., Ollo-López, A., & Sánchez-Santos, J. M. (2017). How Does Physical Activity Make You Feel Better? The Mediation Role of Perceived Health. *Applied Research in Quality of Life*, 12(3). <https://doi.org/10.1007/s11482-016-9473-8>
- Maksum, A. (2011). *Psikologi Olahraga*.
- Mao, H. Y., Hsu, H. C., & Lee, S. Da. (2020). Gender differences in related influential factors of regular exercise behavior among people in Taiwan in 2007: A cross-sectional study. In *PLoS ONE* (Vol. 15, Issue 1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0228191>
- Nielsen, G., Pfister, G., & Andersen, L. B. (2011). Gender differences in the daily physical activities of Danish school children. *European Physical Education Review*, 17(1). <https://doi.org/10.1177/1356336X11402267>
- Piercy, K. L., Troiano, R. P., Ballard, R. M., Carlson, S. A., Fulton, J. E., Galuska, D. A., George, S. M., & Olson, R. D. (2018). The physical activity guidelines for Americans. *JAMA - Journal of the American Medical Association*, 320(19). <https://doi.org/10.1001/jama.2018.14854>
- Robert Almlı, C., Ball, R. H., & Wheeler, M. E. (2001). Human fetal and neonatal movement patterns: Gender differences and fetal-to-neonatal continuity. *Developmental Psychobiology*. <https://doi.org/10.1002/dev.1019>
- Rosidi, Sakban., Rosidi, R. (2021). *Penelitian Terapan Profesi Pendidikan*.
- Rosidi, S. (2021). *Membaca Berlensa Sosiologis Menulis Bernalar Pedagogis*.
- Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J. R., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., Hergenroeder, A. C., Must, A., Nixon, P. A., Pivarnik, J. M., Rowland, T., Trost, S., & Trudeau, F. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. *Journal of Pediatrics*, 146(6), 732–737. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2005.01.055>
- Sugiono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Wang C K J Lim B S C Wee S L and Soon F. (2011). *Development of an Inventory for Measuring Sport Culture* (Vol. 9).
- White, R. L., Babic, M. J., Parker, P. D., Lubans, D. R., Astell-Burt, T., & Lonsdale, C. (2017). Domain-Specific Physical Activity and Mental Health: A Meta-analysis. In *American Journal of Preventive Medicine* (Vol. 52, Issue 5). <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2016.12.008>.