

## PROFIL ANTROPOMETRI ATLET BERDASARKAN PRINSIP KEBERBAKATAN DI SSB KABUPATEN LABUHAN BATU

Harly Nugraha<sup>1</sup>, Sanusi Hasibuan<sup>2</sup>, Amir Supriadi<sup>3</sup>

Universitas Negeri Medan <sup>1,2,3</sup>

nugrahups@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendapatkan data antropometri atlet SSB Kabupaten Labuhan Batu. Permasalahan dalam penelitian ini yaitu berdasarkan hasil observasi dan pengamatan yang telah dilakukan penempatan posisi atlet Di SSB Bintara Utara Dan Buana Putra hanya berdasarkan kemampuan (*skill*) dalam permainan sepak bola tidak dengan melakukan tes antropometri terlebih dahulu sehingga masih ada beberapa atlet yang tinggi badan dan berat badannya tidak ideal dalam penempatan posisi di SSB tersebut. Penelitian ini menggunakan metode survei pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. Populasi berjumlah 101 orang dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang atlet dengan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data adalah pengukuran IMT. Hasil Penelitian yang didapatkan maka Profil Antropometri Atlet Di SSB Kabupaten Labuhan Batu dapat dinyatakan normal dengan kategori berat badan normal dengan jumlah 19,21 yang pada norma berada pada kategori berat badan normal. Hal ini diputuskan berdasarkan hasil yang didapat dari norma 15 orang masuk dalam kategori berat badan kurang, 13 orang masuk dalam kategori berat badan normal, 0 orang masuk dalam kategori berat badan lebih, 0 orang masuk dalam kategori pra obesitas, 1 orang masuk dalam kategori obesitas I , dan 1 orang masuk dalam kategori obesitas II. Simpulan, hasil dari pengukuran antropometri atlet di SSB Kabupaten Labuhan Batu mendapatkan bahwa berat dan tinggi atlet tidak ideal dan harus diperbaiki dalam upaya mengoptimalkan atlet dalam bermain sepak bola.

Kata Kunci : Profil Antropometri, Prinsip Keberbakatan, Sekolah Sepak Bola

### ABSTRACT

*This study aims to determine and obtain anthropometric data of SSB athletes in Labuhan Batu Regency. The problem in this study is based on the results of observations and observations that have been made to place athletes in SSB Bintara Utara and Buana Putra only based on ability (skill) in football games not by doing anthropometric tests first so that there are still some athletes whose height and weight are not ideal in placing positions in SSB. The population amounted to 101 people and the sample in this study amounted to 30 athletes with samples using purposive sampling techniques. The data analysis technique is BMI measurement. The results of the research obtained then the Anthropometric Profile of Athletes in SSB Labuhan Batu Regency can be declared normal with a normal weight category with a total of 19.21 which in the norm is in the normal weight category. This was decided based on the results obtained from the norm of 15 people entering the underweight category, 13 people entering the normal weight category, 0 people entering the overweight category, 0 people entering the pre-obesity category, 1 person entering the obesity category I, and 1 person entering the obesity II category. In conclusion, must be improved in an effort*

*to optimize athletes in playing football.*

*Keywords : Anthropometric Profile, Principle of Giftedness, Football school*

## **PENDAHULUAN**

Sekolah sepak bola (SSB) merupakan suatu wadah atau tempat yang mempunyai peranan penting dalam membimbing, membina, mengarahkan perkembangan dan pendayagunaan potensi tertentu yang dimiliki siswa dalam hal ini khususnya potensi bermain sepak bola. Sepak bola menurut Sucipto, dkk (2016:7) menjelaskan bahwa: Sepak bola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.

Perkembangan sekolah sepak bola (SSB) di berbagai daerah di Indonesia akhir-akhir ini membuktikan bahwa masyarakat memiliki perhatian yang tinggi terhadap pembinaan anak usia dini, hal tersebut juga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh untuk peningkatan prestasi olahraga di bidang sepak bola. Sekolah sepak bola (SSB) merupakan wadah yang tepat untuk pembinaan sepakbola bagi anak-anak usia dini, di Sekolah Sepak bola anak-anak dibina kualitas fisik dan keterampilan teknik dasar bermain sepak bolanya secara benar, cermat dan sistematis sesuai dengan prinsip-prinsip latihan. Membina dari usia dini tidaklah mudah. Perlu kesabaran dan latihan yang kontinyu dan sesuai dengan karakteristik anak latih, karena dengan pembinaan seperti ini diharapkan latihan akan berdampak pada kualitas pemain baik itu emosi maupun sosialnya dan berjalan sesuai dengan karakter dan proses tumbuh kembang anak.

Sejak dini pelatih harus sudah bisa menempatkan posisi atlet sesuai dengan karakteristik (antropometri) atlet agar performa atlet lebih maksimal di dalam sebuah pertandingan, banyak atlet sepak bola usia dini performanya tidak begitu maksimal karena bermain tidak sesuai dengan karakteristik (antropometri) sehingga prestasi yang dicapai tidak begitu banyak.

Kondisi fisik pasti berhubungan dengan postur tubuh, karena dengan memiliki postur tubuh, struktur badan dan fisik yang baik merupakan salah satu hal penunjang yang sangat penting bagi seseorang agar bisa menjadi seorang atlet, karena untuk menjadi seorang atlet tidak hanya berdasarkan pada minat yang tinggi, tetapi harus memenuhi syarat-syarat tertentu seperti syarat motorik, somatik, dan ukuran tubuh atau fisik yang baik sehingga bisa tercapai prestasi yang diinginkan.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di SSB Bintara utara dan Buana putra penempatan posisi atlet hanya berdasarkan kemampuan (*skill*) dalam bermain bola tidak dengan melakukan tes antropometri terlebih dahulu sehingga masih ada beberapa atlet yang tinggi badan dan berat badannya tidak ideal dalam penempatan posisi di ssb tersebut, dan hasil wawancara peneliti dengan pelatih dan pemain dapat disimpulkan pelatih belum melakukan pengukuran antropometri atlet dan belum mengerti apa penting dan kegunaan pengukuran antropometri sebelum menempatkan posisi atlet dan ada beberapa atlet yg menyampaikan dalam wawancara bahwa posisi mereka tidak sesuai dengan keinginan mereka dan pemilihan posisi mereka di pilih sesuai keinginan pelatih saja.

Berdasarkan dari hasil observasi dan wawancara maka ditemukan permasalahan yg terkait dengan antropometri atlet maka peneliti tertarik untuk mengumpulkan data profil antropometri atlet dengan judul penelitian, “ Profil

Antropometri Atlet Berdasarkan Prinsip Keberbakatan Di SSB Kabupaten LabuhanBatu“.

## **KAJIAN TEORI**

Istilah antropometri berasal dari “*anthro*” yang berarti manusia dan “*metri*” yang berarti ukuran. Antropometri adalah pengetahuan yang menyangkut pengukuran tubuh manusia khususnya dimensi tubuh. Antropometri secara luas akan digunakan sebagai pertimbangan pertimbangan ergonomis dalam proses perancangan (*design*) produk maupun sistem kerja yang akan memerlukan interaksi manusia. Manusia pada umumnya berbeda- beda dalam hal bentuk dan dimensi ukuran tubuhnya.

Beberapa faktor yang mempengaruhi ukuran tubuh manusia, yaitu umur, jenis kelamin, suku bangsa (*etnik*), sosio ekonomi, posisi tubuh (*posture*) (A. Santoso et al., 2014). Dalam beraktivitas, manusia tidak dapat memungkiri bahwa mereka saling terkait dengan fasilitas yang ada di sekitar lingkungan mereka untuk menunjang dan memwadhahi segala aktivitas mereka yang bertujuan supaya aktivitas mereka dapat berjalan lancar dan menjadi lebih mudah termasuk juga anak-anak (Hasimjaya et al.,2017).

*Antropometri* banyak diterapkan dalam bidang olahraga. Salah satu aspek penting dalam pencapaian prestasi olahraga adalah stabilisasi berat badan pada puncak penampilan atlet secara umum membutuhkan komposisi tubuh yang tepat, tidak berat dan tidak terlalu banyak lemak (Maulina, 2018). Menurut Rahmawati (2018) ciri-ciri antropometri ini penting karena dalam olahraga sepakbola diantaranya pada pemain depan tengah dan juga belakang serta kipper harus mempunyai morfologi secara spesifik yang mendukung dibagian posisi masing-masing pemain.

Menurut Putri K. Dian (2019) dalam bahan ajar mengenai analisis perancangan kerja dan ergonomi Universitas Gunadarma, antropometri adalah ilmu yang berhubungan dengan aspek ukuran fisik manusia yaitu meliputi metode pengukuran, pemodelan dimensi tubuh dan aplikasi teknik untuk perancangan. Berdasarkan kajian antropometri di atas dapat disimpulkan bahwa dalam dunia olahraga sangat membutuhkan data antropometri pada setiap atletnya sebagai data informasi dan acuan dalam membuat program latihan. Khususnya cabang olahraga sepak bola tentunya atlet harus memiliki tinggi badan dan beratbadan yang ideal untuk penempatan posisi yang pas.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif. Analisis data bersifat deskriptif kuantitatif dengan persentase. Metode penelitian ini menggunakan metode survei. Untuk teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil antropometri atlet di SSB Kabupaten Labuhan Batu berdasarkan prinsip keberbakatan

Tabel 1  
Instrumen Penelitian Tes Pengukuran Antropometri

Pengukuran	Alat	Petunjuk Pelaksanaan	Tujuan
Tinggi	Stature meter	1 Atlet dipanggil sesuai daftar nama	Untuk mengetahui tinggi badan atlet
		2 Atlet berdiri tegak lurus pada tempat yang disediakan dan membelakangi alat ukur masing masing diberi kesempatan 1 kali tanpa menggunakan alas kaki dan penutup kepala	
Berat	Timbangan digital	1 Atlet mengenakan pakaian seminim mungkin tanpa menggunakan alas kaki badan tegak dan pandangan lurus kedepan	Untuk mengetahui badan atlet

## HASIL PENELITIAN

Deskripsi data hasil pre-test dan post-test lari 12 menit yang dilaksanakan oleh 15 orang kelompok eksperimen, sampel diambil berapa jarak yang dapat mereka tempuh selama 12 menit pada pre-test rata-rata (mean) 1,88 km, Median 1,85 km Modus 1.85 km ,dan Rentangnya 1,06 km pada post-test didapatkan hasil rata-rata (mean 2,32 km, median 2,27 km , modus 2,15 km dan rentang nya 2,32 km. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Data kelompok eksperimen

Tabel 2  
Deskripsi Data Hasil Tes Tinggi Badan Dan Berat Badan

No	Sampel	Tinggi badan	Berat badan	IMT	Kategori
1	Danu	143	54	26,4	Obesitas I
2	Dio	127	28	17,36	Kurang
3	Hafiz	122	29	19,48	Normal
4	Tio	130	32	18,93	Normal
5	Ferdi	135	35	19,2	Normal
6	Arhan	130	54	31,95	Obesitas II
7	Adam	120	31	21,52	Normal
8	Kaisar	129	29	17,42	Kurang
9	Ical	122	21	14,1	Kurang
10	Noval	138	31	16,27	Kurang
11	Riski	139	38	19,66	Normal
12	Saki	100	19	19	Normal
13	Sultan	128	31	18,92	Normal
14	Rafa	139	39	20,18	Normal
15	Alwi	138	33	17,32	Kurang
16	Andre	140	40	20,4	Normal
17	Riko	137	35	18,64	Normal
18	Putra	130	31	18,34	Kurang
19	Darma	127	29	17,98	Kurang
20	Andikha	129	30	18,02	Kurang
21	Risky	125	28	17,92	Kurang

22	Hans	130	33	19,52	Normal
23	Evan	126	29	18,26	Kurang
24	Wahyu	135	32	17,55	Kurang
25	Firman	125	27	17,28	Kurang
26	Nico	133	31	17,52	Kurang
27	Renaldi	127	29	17,98	Kurang
28	Idris	130	33	19,52	Normal
29	Syahrul	125	35	22,4	Normal
30	Abdi	134	31	17,26	Kurang
Rata-rata	129,766667	32,5666667	19,21		
Jumlah	3893	977	576,3		

Dari tabel 2 diatas, dapat diketahui rata-rata hasil tes tinggi badan adalah 129,76 dengan jumlah 38,93, rata-rata tes berat badan adalah 32,5666667 dengan jumlah 977 dan nilai rata-rata dari IMT adalah 19,21 dengan jumlah 57,3, selanjutnya hasil pada table diatas dilakukan perhitungan mencari rata-rata pengukuran IMT SSB di kabupaten labuhan batu yaitu sebagai berikut :

$$x = \frac{\sum x}{N}$$

$$x = \frac{576,3}{30} = 19,21$$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, didapatkan bahwa hasil rata-rata Indeks Massa Tubuh (IMT) Atlet SSB di kabupaten Labuhan batu 19,21 berdasarkan norma pada tabel berada pada kategori “Berat Badan Normal”. pada tabel 2 di bawah tampak bahwa secara umum tes profil antropometri atlet di SSB kabupaten labuhan batu menunjukkan kategori “Berat badan kurang ” sebanyak (15 atlet), kategori “Berat badan normal” sebanyak (13 atlet), kategori “Berat badan lebih” sebanyak (0 atlet), kategori “Pra Obesitas” sebanyak (0 atlet), dan kategori “Obesitas I” sebanyak (1 atlet), Kategori “Obesitas II” sebanyak (1 atlet ).

Tabel 3.

No	Indek Massa Tubuh	Kategori	Frekuensi
1	<18.5	Berat Badan Kurang	15
2	18.5 – 22.9	Berat Badan Normal	13
3	≥23.0	Berat Badan Lebih	0
4	23.0 -24.9	Pra Obesitas	0
5	25.0 -29.9	Obesitas I	1
6	≥ 30.0	Obesitas Ii	1
Jumlah			30

Setelah dilaksanakan penelitian yang diawali dengan tahapan pengambilan data hingga pada pengolahan data sehingga dapat dijadikan patokan sebagai pembahasan hasil penelitian ini, yaitu sebagai berikut: berdasarkan analisis peneliti dengan data hasil penelitian yang di dapat maka secara keseluruhan tentang “Profil Antropometri Atlet Di SSB Kabupaten Labuhan Batu” dapat dinyatakan “Berat Badan Normal”

Hal ini diputuskan berdasarkan hasil bahwa hasil rata-rata Indeks Massa Tubuh (IMT) Atlet SSB di kabupaten Labuhan batu 19,21 berdasarkan norma pada tabel berada pada kategori “Berat Badan Normal “ dimana hasil ini merupakan hasil yang paling banyak diperoleh, artinya hasil dari pengukuran antropometri atlet di ssb kabupaten labuhan batu mendapatkan bahwa berat dan tinggi atlet Normal.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, didapatkan bahwa hasil rata-rata Indeks Massa Tubuh (IMT) Atlet SSB di kabupaten Labuhan batu 19,21 berdasarkan norma pada tabel berada pada kategori “Berat Badan Normal”.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andrianto, Tomi dan Ricko Irawan. 2020. *Penelusuran Minat dan Bakat Olahraga pada Siswa Menengah Pertama Kabupaten Batang*. Indonesia Journal for Physical Education and Sport Vol.1 (No.2) : 432-439.
- Allsabab, M. A. H., & Weda. (2020). Perbandingan Profil Antropometri Dan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Pada Klub Sepakbola Wanita Kota Dan Kabupaten Kediri. *Ipj: Indonesia Performance Journal*, 4(1),
- Bangsbo, J. & Michalsik, L. Assessment and physiological capacity of elite soccer players. In T. Reilly, & A. Murphy (Eds.), *Science and football IV* (pp. 53- 62). Cambridge, UK: Routledge, 2002
- Brahim, Mehdi Ben, Bougatfa, Rym and Mohamed, Amri. Anthropometric and Physical Characteristics of Tunisians Young Soccer Players. *Advances in Physical Education*. 3(3), 125-130. August, 2013.
- Bhaskara, Handrick Dwi dan Mohammad Faruk. 2019. *Karakteristik Anthropometrik dan Somatotype Pada Pemain Sepakbola SSB Mitra Bangkalan*. *Jurnal Prestasi Olahraga Vol.2* (No.4).
- Dewi, Nita R., & Prihatanta, H. (2015). Hubungan Berat Badan Dan Tinggi Badan Dengan Kelincahan Pemain Futsal Putri Uny. *Medikora*, 14(2). <https://doi.org/10.21831/Medikora.V14i2.7933>
- Fakhrullah. (2017). Analisis Antropometrik Atlet Sepakbola Universitas Serambi Mekkah Banda Aceh. *Penjaskesrek Journal*, 4(2), 151–162. Retrieved From <https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek/article/view/78>
- Hasimjaya, J., Wibowo, M., & Wondo, D. (2017). Kajian Antropometri & Ergonomi Desain Mebel Pendidikan Anak Usia Dini 3-4 Tahun Di Siwalankerto. *Intra*, 5(2), 449–459
- Kurniansyah, M. R. T. (2020). Hubungan Antropometri Dengan Kebugaran Jasmani Pemain Sepakbola Sma. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 9(1), 39– 55.
- Maulina, M. (2018). Profil Antropometri Dan Somatotipe Pada Atlet Bulutangkis. *Averrous*, 1(2), 69–74
- Mulyawan, Rizki. 2019. *Profil Antropometri Atlet Sepakbola Profesional Pada Masa Transisi*. *Jurnal Medikora Vol.18* (No.1) : 17-26.
- Nurhasan. (2000). Tes Dan Pengukuran Keolahragaan. Bandung. FPOK IKP.
- Panjaitan, Jhon Very. 2017. *Hubungan Berat Badan, Panjang Tungkai dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Shooting Pada Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola Bintang 12 Marindal Tahun 2017*. Undergraduate , Thesis, UNIMED.
- Pradana, P.D.Y dan Arif Bulqini. 2018. *Analisis Antropometri dan Kondisi Fisik Siswa SSB Rheza Mahasiswa KU-16*. *Jurnal Prestasi Olahraga Vol.1* (No.1).
- Prasetya, D., & Sulistyorini. (2020). Analisis Antropometri Dan Daya Tahan Vo 2 Max Peserta. *Indonesia Journal Of Sport And Physical Education*, 1(3), 68–71.
- Rahmawati, Neni T. (1996). *Beberapa Ukuran Antropometri pada Atlet Sepakbola dan Bulutangkis di Yogyakarta*. *Jurnal Kedokteran*. Yogyakarta: UGM