

## RINGKASAN

**IMAM WICAKSONO “Profil Status Gizi (Pertumbuhan Tinggi Badan) Pada Atlet PERTAMINA Soccer School Tahun 2015” Skripsi : Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, 2016.**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) kecepatan pertumbuhan tinggi badan pada atlet PERTAMINA Soccer School dan 2) mengetahui status gizi para atlet yang diukur berdasarkan tinggi badan menurut umur dan indeks masa tubuh menurut umur.

Penelitian ini dilaksanakan di asrama PERTAMINA Soccer School, dengan menggunakan metode deskriptif, teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis dokumenter, yakni mengambil data sekunder hasil pengukuran antropometri di asrama PERTAMINA Soccer School, Jl. Kiyai Maja No. 29, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi kecepatan pertumbuhan tinggi badan atlet PERTAMINA Soccer School yang tertinggi adalah 2,1 cm/tahun dan yang terendah adalah 0,2 cm/tahun. Kemudian status gizi tinggi badan menurut umur (TB/U) berdasarkan WHO 2007, seluruh atlet berada pada kategori normal. Pada status gizi indeks masa tubuh menurut umur (IMT/U) berdasarkan WHO 2007, 4% atlet berada pada kategori gemuk, 96% atlet lainnya pada kategori normal.

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan hidayah-NYA sehingga selesailah skripsi dengan judul “**Profil Status Gizi (Pertumbuhan Tinggi Badan) Pada Atlet PERTAMINA Soccer School 2015**”, sebagai persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Olahraga Prestasi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya juga saya berikan khususnya kepada Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, yaitu Bapak Dr. Abdul Sukur, M.Si, Ibu Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd, SE, M.Si, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan, Bapak Dr. Mansur Jauhari M. Si selaku Dosen Pembimbing I, Bapak Hadi Rahmaddani, S.Pd selaku Dosen Pembimbing II, Bapak Tirta Apriyanto, S.Pd, M.Si, selaku Penasehat Akademik, Bapak Ibu Dosen dan Staf Pegawai FIK UNJ, keluarga besar Klub Sepakbola dan Futsal FIK UNJ, teman-teman angkatan 2011, serta kedua orang tuaku tercinta yang selalu memberikan do’a, dukungan dan motivasi sehingga selesailah skripsi ini.

Peneliti

Imam Wicaksono

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>RINGKASAN .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	8
E. Kegunaan Penelitian .....	8
<b>BAB II : KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR .....</b>	<b>9</b>
A. Kerangka Teori .....	9
1. Hakikat Status Gizi .....	9
3. Hakikat Pertumbuhan .....	23
4. Hakikat Remaja .....	33
5. Hakikat PERTAMINA <i>Soccer School</i> .....	37
B. Kerangka Berpikir .....	39
<b>BAB III : METODE PENELITIAN .....</b>	<b>43</b>
Tujuan Penelitian .....	43
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
D. Metode Penelitian .....	44
E. Populasi dan Sampel .....	44

F. Instrumen Penelitian .....	45
G. Teknik Pengumpulan Data .....	45
H. Teknik Pengolahan Data .....	46
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>48</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	48
B. Pembahasan .....	56
C. Keterbatasan Penelitian .....	57
<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Tomorrow's Player</i> .....	5
Gambar 2. Rumus Perhitungan Z-skor .....	20
Gambar 3. Kalender Tahun Desimal .....	32
Gambar 4. Grafik Batang Pengukuran Tinggi Badan I Atlet PSS .....	49
Gambar 5. Grafik Batang Pengukuran Tinggi Badan II Atlet PSS .....	51
Gambar 6. Grafik Batang Kecepatan Pertumbuhan .....	53
Gambar 7. Grafik Batang Pengukuran Berat Badan .....	54
Gambar 8. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Afdal Y	76
Gambar 9. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Afdal Yusra .....	77
Gambar 10. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Ahmad Raihan .....	78
Gambar 11. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur AhmadRaihan .....	79
Gambar 12. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Andie Arie Kurniawan .....	80
Gambar 13. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Andie Arie Kurniawan .....	81
Gambar 14. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Bintang Pramudya .....	82
Gambar 15. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Bintang Pramudya .....	83
Gambar 16. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Bryan Pratama .....	84
Gambar 17. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Bryan Pratama .....	85
Gambar 18. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Dave Aurel .....	86
Gambar 19. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Dave Aurel .....	87

Gambar 20.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Dona Saputra.....	88
Gambar 21.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Dona Saputra .....	89
Gambar 22.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Galih Arifa .....	90
Gambar 23.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Galih Arifa .....	91
Gambar 24.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Griya Andrean.....	92
Gambar 25.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Griya Andrean .....	93
Gambar 26.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Handika .....	94
Gambar 27.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Handika .....	95
Gambar 28.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Irfan Ardiansyah .....	96
Gambar 29.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Irfan Ardiansyah .....	97
Gambar 30.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Muh Ramdan .....	98
Gambar 31.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Muh Ramdan .....	99
Gambar 32.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Muhammad Arif .....	100
Gambar 33.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Muhammad Arif .....	101
Gambar 34.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Muhammad Faiz .....	102
Gambar 35.	Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Muhammad Faiz .....	103
Gambar 36.	Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Muhammad Irfan .....	104

Gambar 37. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Muhammad Irfan .....	105
Gambar 38. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Muhammad Rizal .....	106
Gambar 39. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Muhammad Rizal .....	107
Gambar 40. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Niko A .....	108
Gambar 41. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Niko A.....	109
Gambar 42. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Panji P	110
Gambar 43. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Panji P .....	111
Gambar 44. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Raditya Iqbal .....	112
Gambar 45. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Raditya Iqbal .....	113
Gambar 46. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Ravizio F .....	114
Gambar 47. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Ravizio F .....	115
Gambar 48. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Rezky Ramadan .....	116
Gambar 49. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Rezky Ramadan .....	117
Gambar 50. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Roby Andika .....	118
Gambar 51. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Roby Andika .....	119
Gambar 52. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Rossi Nuril .....	120
Gambar 53. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Rossi Nuril .....	121
Gambar 54. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Saiful Bahari .....	122

Gambar 55. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Saiful Bahari .....	123
Gambar 56. Grafik Garis Z-skor Tinggi Badan Menurut Umur Yusuf Ramdhani .....	124
Gambar 57. Grafik Garis Z-skor Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Yusuf Ramdhani .....	125



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Status Gizi Tinggi Badan Menurut Umur .....	17
Tabel 2. Kategori Status Gizi Indeks Massa Tubuh Menurut Umur ..	19
Tabel 3. Rumus Menghitung Kecepatan Pertumbuhan .....	31
Tabel 4. Variabel Pengolahan Data .....	47
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pengukuran Tinggi Badan Pertama ....	48
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Pengukuran Tinggi Badan Kedua .....	50
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kecepatan Pertumbuhan Atlet PSS.....	52
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Berat Badan Atlet PSS .....	53
Tabel 9. Distribusi Responden berdasarkan IMT menurut Umur pada atlet PERTAMINA Soccer School .....	55
Tabel 10. Distribusi Responden berdasarkan Tinggi Badan menurut Umur pada atlet PERTAMINA Soccer School .....	56
Tabel 11. Tabel Pengukuran Tinggi Badan I .....	62
Tabel 12. Tabel Pengukuran Tinggi Badan II .....	63
Tabel 13. Perhitungan Pencarian Tinggi Badan I .....	64
Tabel 14. Perhitungan Pencarian Tinggi Badan II .....	66
Tabel 15. Kecepatan Pencarian Kecepatan Pertumbuhan .....	68
Tabel 16. Perhitungan Pencarian Berat Badan .....	71
Tabel 17. Status Gizi IMT menurut Umur .....	73
Tabel 18. Status Gizi Tinggi Badan Menurut Umur.....	74
Tabel 19. Kecepatan pertumbuhan Afdal Yusra .....	76
Tabel 20. Kecepatan pertumbuhan Ahmad Raihan .....	78
Tabel 21. Kecepatan pertumbuhan Andie Ari Kurniawan .....	80
Tabel 22. Kecepatan pertumbuhan Bintang Pramudya .....	82
Tabel 23. Kecepatan pertumbuhan Bryan Pratama .....	84
Tabel 24. Kecepatan pertumbuhan Dave Aurel .....	86
Tabel 25. Kecepatan pertumbuhan Dona Saputra.....	88

Tabel 26. Kecepatan pertumbuhan Galih Arifa .....	90
Tabel 27. Kecepatan pertumbuhan Griya Andrean.....	92
Tabel 28. Kecepatan pertumbuhan Handika .....	94
Tabel 29. Kecepatan pertumbuhan Irfan Ardiansyah .....	96
Tabel 30. Kecepatan pertumbuhan Muh Ramdan .....	98
Tabel 31. Kecepatan pertumbuhan Muhammad Arif.....	100
Tabel 32. Kecepatan pertumbuhan Muhammad Faiz .....	102
Tabel 33. Kecepatan pertumbuhan Muhammad Irfan.....	104
Tabel 34. Kecepatan pertumbuhan Muhammad Rizal .....	106
Tabel 35. Kecepatan pertumbuhan Niko A .....	108
Tabel 36. Kecepatan pertumbuhan Panji P .....	110
Tabel 37. Kecepatan pertumbuhan Raditya Iqbal .....	112
Tabel 38. Kecepatan pertumbuhan Ravizio F .....	114
Tabel 39. Kecepatan pertumbuhan Rezky Ramadan .....	116
Tabel 40. Kecepatan pertumbuhan Roby Andika .....	118
Tabel 41. Kecepatan pertumbuhan Rossi Nuril .....	120
Tabel 42. Kecepatan pertumbuhan Saiful Bahari .....	122
Tabel 43. Kecepatan pertumbuhan Yusuf Ramdhani .....	124

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Awal Tinggi Badan Atlet PERTAMINA Soccer School	62
Lampiran 2. Data Akhir Tinggi Badan Atlet PERTAMINA Soccer School	63
Lampiran 3. Perhitungan Pencarian Tinggi Badan Awal .....	64
Lampiran 4. Perhitungan Pencarian Tinggi Badan Akhir .....	66
Lampiran 5. Perhitungan Pencarian Kecepatan Pertumbuhan .....	68
Lampiran 6. Perhitungan Pencarian Berat Badan .....	71
Lampiran 7. Status Gizi Indeks Massa Tubuh Menurut Umur .....	73
Lampiran 8. Status Gizi Tinggi Badan Menurut Umur .....	74
Lampiran 9. Hasil Individu Atlet PERTAMINA Soccer School .....	76
Lampiran 10. Indeks WHO Reference 2007 Indeks Massa Tubuh Menurut Umur dan Indeks WHO Reference 2007 Tinggi Badan Menurut Umur .....	126