

**PROFIL ANTROPOMETRI ATLET SENTRA LATIHAN  
OLAHRAGAWAN MUDA POTENSIAL NASIONAL  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



*Intelligentia - Dignitas*

**VANESHA  
1603621036**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
JANUARI, 2025**

**PROFIL ANTROPOMETRI ATLET SENTRA LATIHAN  
OLAHRAGAWAN MUDA POTENSIAL NASIONAL  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil antropometri atlet Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional Universitas Negeri Jakarta, Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan *ex post facto*, dengan populasinya yaitu peserta Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional berusia 12-15 tahun ada 92 Atlet, sampel yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling* sejumlah 19 atlet. Penelitian ini terdiri dari atlet putra dan putri dari cabang olahraga panahan atlet putra dengan *benchmark* 160 didapatkan rata – rata nilai tes yaitu 161,6 dengan *persentase* rata – rata keseluruhan 101,02% dan atlet putri dengan *benchmark* 158 didapatkan rata – rata nilai tes yaitu 162 dengan *persentase* 102,53%, cabang olahraga atletik atlet putri dengan *benchmark* 160 didapatkan rata – rata nilai tes yaitu 157,6 dengan *persentase* rata – rata keseluruhan 98,48%, dan panjat tebing atlet putra dengan *benchmark* 158 didapatkan rata – rata nilai tes yaitu 160,8 dengan *persentase* rata – rata keseluruhan 101,7%, dan atlet putri dengan *benchmark* 155 didapatkan rata – rata nilai tes yaitu 157,2 dengan *persentase* rata – rata keseluruhan 101,4%, Sentra Latihan olahragawan muda potensial nasional Universitas Negeri Jakarta yang berusia 12 – 15 tahun. Nilai tinggi badan pada atlet memenuhi *benchmark*, faktor antropometri seperti tinggi badan memiliki pengaruh signifikan terhadap performa atlet dalam ketiga cabang olahraga yaitu panahan, panjat tebing, dan atletik. Meskipun terdapat beberapa pengukuran item tes perlu diperhatikan dalam perencanaan dan peningkatan performa atlet.

**Kata kunci:** Antropometri, Atlet, SLOMPN

*Intelligentia - Dignitas*

**ANTHROPOMETRIC PROFILE OF ATHLETES OF THE  
NATIONAL YOUNG POTENTIAL ATHLETE TRAINING CENTER  
OF JAKARTA STATE UNIVERSITY**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the anthropometric profile of athletes at the National Potential Young Athlete Training Center, State University of Jakarta. The method used in this study is a descriptive method with ex post facto, with a population of 92 athletes aged 12-15 years old, the population of which is 92 athletes, the sample taken using purposive sampling technique is 19 athletes. This study consists of male and female athletes from the archery sport branch, male athletes with a benchmark of 160 obtained an average test score of 161.6 with an overall average percentage of 101.02% and female athletes with a benchmark of 158 obtained an average test score of 162 with a percentage of 102.53%, the athletics sport branch, female athletes with a benchmark of 160 obtained an average test score of 157.6 with an overall average percentage of 98.48%, and rock climbing male athletes with a benchmark of 158 obtained an average test score of 160.8 with an overall average percentage of 101.7%, and athletes daughter with a benchmark of 155 obtained an average test score of 157.2 with an overall average percentage of 101.4%, the National Potential Young Athletes Training Center, Jakarta State University aged 12-15 years. The height value of athletes meets the benchmark, anthropometric factors such as height have a significant influence on athlete performance in all three sports, namely archery, rock climbing, and athletics. Although there are several measurements of test items that need to be considered in planning and improving athlete performance.*

**Keywords:** *Anthropometric, athletes, SLOMPN*

*Intelligentia - Dignitas*

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama Tanda Tangan Tanggal

Pembimbing I

Dr. Iwan Hermawan S.Pd., M.Pd.  
NIP. 197505142001121001

5/2-2025

Pembimbing II

Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or, M.Pd  
NIP. 199010182023212040

06/02-2025

Nama Jabatan Tanda Tangan Tanggal

Dr. Heni Widyaningsih, SE, M.SE  
NIP.197201221999032001

Ketua

04/02-2025

Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos. M.Pd,  
NIP.198308272015041001

Sekretaris

24/02-2025

Dr. Kuswahyudi, S.Or., M.Pd  
NIP.198509252015041003

Anggota

04/02-2025

Dr. Iwan Hermawan S.Pd., M.Pd.  
NIP. 197505142001121001

Anggota

5/2-2025

Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or, M.Pd  
NIP. 199010182023212040

Anggota

06/02-2025

Tanggal Lulus : 22 Januari 2025

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 22 Januari 2025

Yang membuat pernyataan

  
Vanesha)

No. Reg. 1603621036





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Vanesha  
NIM : 1603621036  
Fakultas/Prodi : FIKK/Ilmu Keolahragaan  
Alamat email : vaneshapattiwaellapia0903@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Profil Antropometri Atlet Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional Universitas Negeri Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 09 Februari 2025

Penulis

( Vanesha )

## KATA PENGANTAR

Puji Serta Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat, kesehatan dan kasihnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi. Skripsi ini berjudul "PROFIL ANTROPOMETRI ATLET SENTRA LATIHAN OLAHRAGAWAN MUDA POTENSIAL NASIONAL UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA" diselesaikan, Untuk memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Kuswahyudi, S.Or., M.Pd, Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, serta Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan telah memberikan banyak bantuan, masukan dan dukungan selama perkuliahan sampai menyusun skripsi.
2. Ibu Dr. Heni Widyaningsih, SE, M.SE, Koordinator Prodi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan bimbingan serta saran kepada penulis.
3. Bapak Dr. Iwan Hermawan, S.Pd, M.Pd, Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, serta dosen pembimbing 1 skripsi saya yang telah membimbing, dan telah memberikan banyak bantuan, masukan, dukungan, serta arahan dalam penyusunan judul sampai selesainya penulisan skripsi ini.

4. Ibu Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or, M.Pd, Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, serta dosen pembimbing 2 skripsi saya yang telah membimbing, dan telah memberikan banyak bantuan, masukan, dukungan, serta arahan dalam penyusunan, penulisan judul sampai selesainya penulisan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos., M.Pd, Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan bimbingan serta saran kepada penulis

Meski penulis telah berusaha menyelesaikan skripsi ini sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih ada kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan Ilmu Keolahragaan serta rasa terima kasih yang sangat mendalam penulis sampaikan kepada lembaga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

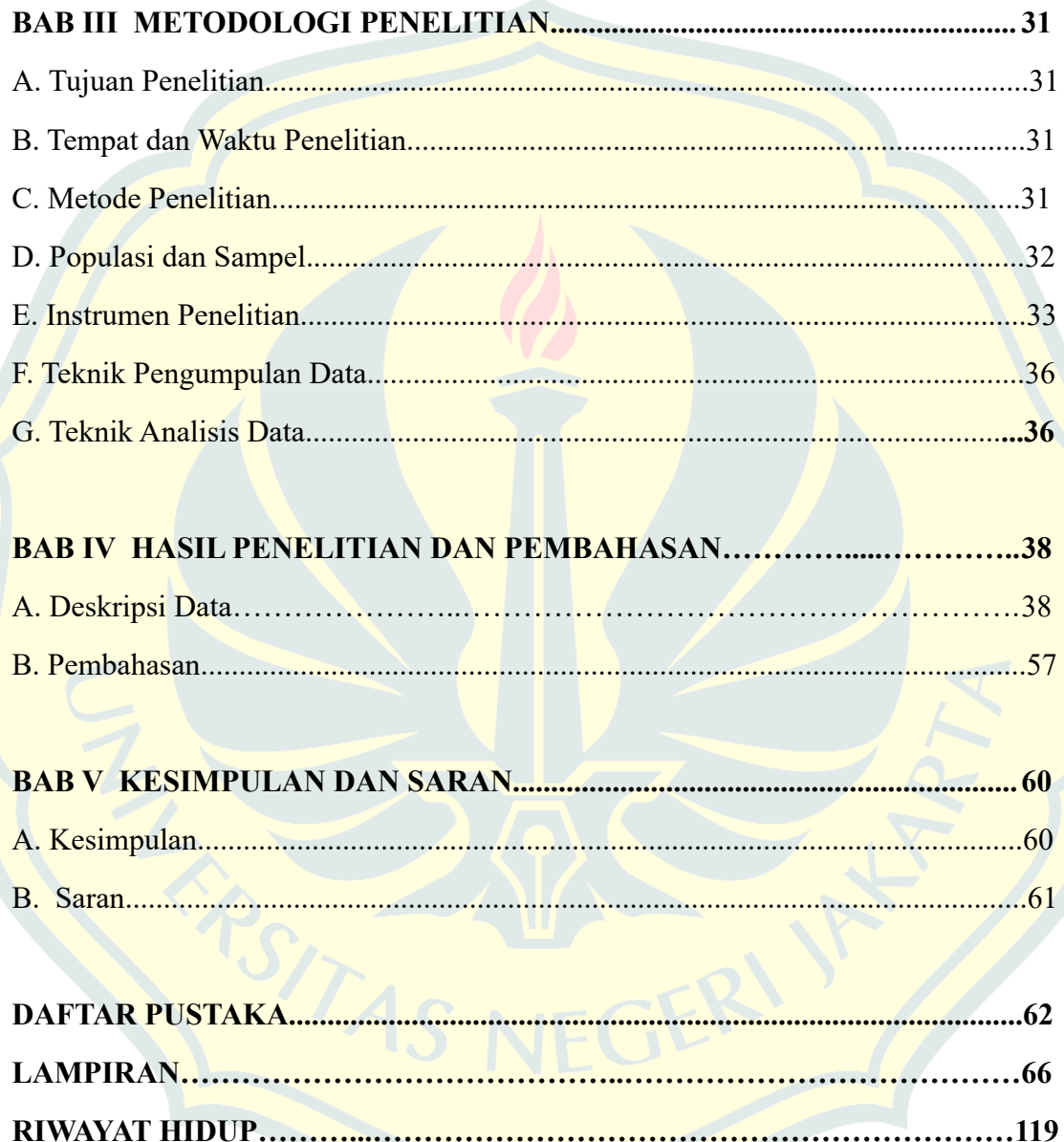
Jakarta, 15 Januari 2025

*Intelligentia - Dignitas* Vanesha



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Kegunaan Penelitian.....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK.....</b>	<b>9</b>
A. Deskripsi Konseptual.....	9
1. Hakikat Antropometri.....	9
2. Hakikat Atlet.....	19
3. Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional (SLOMPN) Universitas Negeri Jakarta (UNJ).....	23
B. Kerangka Berpikir.....	29



<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Tujuan Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
C. Metode Penelitian.....	31
D. Populasi dan Sampel.....	32
E. Instrumen Penelitian.....	33
F. Teknik Pengumpulan Data.....	36
G. Teknik Analisis Data.....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
A. Deskripsi Data.....	38
B. Pembahasan.....	57
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>60</b>
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>66</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>119</b>

*Intelligentia - Dignitas*