



**PENINGKATAN KESADARAN POSTUR DAN UKURAN TUBUH ANAK SEKOLAH  
DASAR MELALUI EDUKASI ANTROPOMETRI BERBASIS PRAKTIK**

*Increasing Awareness of Posture and Body Size in Elementary School Children Through  
Practice-Based Anthropometric Education*

**Hardina Atsilia Qurbah\*, Ardian Jaya Prasetya, R. Jaler Anggerjundha Deskawainda, Raihanah  
Muthi'ah Shafa, Ihya Ulumuddin Rizal, Syahrul Akbar Burhanudin, Aldyansyah**

Desain Interior UPN Veteran Jawa Timur

*Jalan Raya Rungkut Madya, Gunung Anyar, Surabaya 60294*

\*Alamat korespondensi: [hardina\\_atsilia.di@upnjatim.ac.id](mailto:hardina_atsilia.di@upnjatim.ac.id)

*(Tanggal Submission: 3 Desember 2025, Tanggal Accepted : 27 April 2026)*



**Kata Kunci :**

*Antropometri,  
Ergonomi,  
Postur Tubuh,  
Sekolah Dasar*

**Abstrak :**

Ketidaknyamanan belajar dapat menyebabkan keluhan muskuloskeletal jangka panjang karena siswa sekolah tidak menyadari postur tubuh mereka saat belajar dan tidak memahami ukuran tubuh mereka. Dengan menggunakan pendekatan pembelajaran berbasis praktik di kelas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran postur tubuh siswa dan pemahaman dasar antropometri. Kegiatan ini diikuti oleh 17 siswa kelas 3 SD Hang Tuah 7 Surabaya. Metode yang digunakan mencakup penyampaian materi ergonomi secara visual, praktik pengukuran antropometri oleh siswa secara berpasangan, serta evaluasi pemahaman melalui permainan (post-test). Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa mampu melakukan pengukuran tinggi badan, tinggi duduk, panjang lengan, dan panjang tungkai dengan bimbingan minimal, serta memperoleh data antropometri yang relevan untuk menilai kesesuaian furnitur belajar. Evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, ditandai dengan kemampuan siswa mengidentifikasi postur duduk yang benar dan menerapkannya secara langsung. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran ergonomi siswa serta memberikan rekomendasi praktis bagi sekolah dalam penataan furnitur berdasarkan antropometri anak.

**Key word :**

*Anthropometry,  
Ergonomics,  
Body Posture,*

**Abstract :**

Learning discomfort could cause long-term musculoskeletal complaints because school students were not aware of their posture while studying and did not understand their body measurements. By using a practice-based

### Elementary School

learning approach in the classroom, this community service activity aimed to increase students' awareness of their posture and basic understanding of anthropometry. This activity was attended by 17 third-grade students at Hang Tuah 7 Elementary School in Surabaya. The methods used included visual presentations of ergonomics material, anthropometric measurement practice by students in pairs, and evaluation of understanding through games (post-test). The results of the activity showed that students were able to measure height, sitting height, arm length, and leg length with minimal guidance, and obtained relevant anthropometric data to assess the suitability of learning furniture. The evaluation showed a significant increase in understanding, marked by the students' ability to identify the correct sitting posture and apply it directly. Overall, this activity succeeded in increasing students' awareness of ergonomics and provided practical recommendations for schools in arranging furniture based on children's anthropometry.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Qurbah, H. A., Prasetya, A. J., Deskawinda, R. J. A., Shafa, R. M., Rizal, I. U., Burhanudin, S. A., & Aldyansyah. (2026). Peningkatan Kesadaran Postur dan Ukuran Tubuh Anak Sekolah Dasar Melalui Edukasi Antropometri Berbasis Praktik. *Jurnal Abdi Insani*, 13(4), 141-149. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v13i4.3646>

## PENDAHULUAN

Kesadaran terhadap postur tubuh dan pemahaman tentang ukuran tubuh merupakan aspek penting bagi anak sekolah dasar karena masa ini merupakan fase pertumbuhan intensif yang menentukan kebiasaan motorik dan kesehatan jangka panjang. Kebiasaan duduk yang tidak ergonomis, penggunaan furnitur yang tidak sesuai ukuran tubuh, serta ketidaktahuan anak tentang bagaimana tubuhnya berinteraksi dengan lingkungan belajar dapat menimbulkan ketidaknyamanan, kelelahan, dan pada beberapa kasus dapat berkontribusi terhadap gangguan muskuloskeletal di kemudian hari (Castellucci *et al.*, 2010; Gutu *et al.*, 2024; Shofura *et al.*, 2024). Kondisi ini diperparah oleh fakta bahwa sebagian besar sekolah dasar di Indonesia masih menggunakan meja dan kursi berukuran standar tanpa penyesuaian terhadap keragaman ukuran tubuh siswa yang terus berkembang (Hasimjaya *et al.*, 2019; Sari & Sridefina, 2022; Yulianingtyas & Haqi, 2021). Oleh karena itu, intervensi yang menekankan peningkatan kesadaran postur dan pengenalan ukuran tubuh anak melalui pendekatan antropometri menjadi semakin relevan.

Observasi kondisi di SD Hang Tuah 7 Surabaya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memahami postur duduk yang benar dan tidak mengetahui ukuran tubuh mereka sendiri, khususnya ukuran-ukuran penting seperti tinggi duduk, panjang tungkai, dan panjang lengan. Ketidaksesuaian antara ukuran tubuh dan furnitur terlihat jelas, misalnya kaki anak yang menggantung karena tinggi kursi terlalu tinggi, serta kecenderungan anak membungkuk karena tinggi meja berada di atas tinggi siku duduk (Bai *et al.*, 2024). Temuan ini sejalan dengan penelitian ergonomi pendidikan yang menunjukkan bahwa ketidaksesuaian dimensi tubuh dan furnitur merupakan penyebab umum terbentuknya kebiasaan postural yang salah. Selain itu, observasi guru menunjukkan bahwa anak sering membawa tas sekolah dengan satu bahu, tidak menyadari bahwa kebiasaan ini dapat meningkatkan beban asimetris pada tubuh.

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat program studi desain interior memilih SD Hang Tuah 7 Surabaya karena memiliki karakteristik umum sekolah dasar perkotaan dengan penggunaan furnitur standar pabrik, variasi ukuran tubuh siswa yang cukup tinggi, serta keterbatasan fasilitas ergonomis. Kondisi ini menjadikan sekolah sebagai mitra yang tepat untuk pengabdian masyarakat yang berfokus pada peningkatan kesadaran postur dan pemahaman ukuran tubuh melalui pendekatan edukasi



antropometri yang praktis, murah, dan dapat diterapkan secara mandiri oleh guru dan siswa. Pihak sekolah menyampaikan bahwa mereka membutuhkan solusi non-infrastruktur yang tetap efektif dalam meningkatkan kenyamanan belajar siswa serta meningkatkan pemahaman anak tentang postur dan ukuran tubuhnya (Estefani & Sinti, 2026; Guti *et al.*, 2024; Irawan *et al.*, 2021).

Solusi yang ditawarkan melalui kegiatan pengabdian ini adalah edukasi antropometri berbasis praktik, yaitu pendekatan langsung yang menggabungkan penyampaian konsep sederhana mengenai postur tubuh dan ukuran tubuh dengan praktik pengukuran secara berpasangan oleh siswa. Pendekatan berbasis praktik dipilih karena literatur pendidikan menunjukkan bahwa *experiential learning* dan *game-based learning* efektif untuk siswa sekolah dasar, terutama dalam mengenalkan konsep yang bersifat konkret seperti postur dan antropometri (Alotaibi, 2024; Maemunah, 2022; Safitri *et al.*, 2025). Dengan pengalaman mengukur tubuh sendiri, siswa memiliki kesempatan untuk memahami variasi ukuran tubuh antar teman dan menghubungkannya secara langsung dengan cara duduk yang tepat dan penggunaan furnitur yang sesuai (Harahap *et al.*, 2013; Sari & Sridefina, 2022). Pembelajaran ini diharapkan tidak hanya meningkatkan kesadaran jangka pendek, tetapi juga membantu anak membentuk kebiasaan postural yang lebih baik.

Prinsip antropometri yaitu menekankan pengukuran tubuh manusia sebagai dasar desain ruang dan peralatan, termasuk furnitur belajar, sebagai dasar teoritis dari kegiatan pengabdian ini. Desain furnitur harus mempertimbangkan rentang ukuran tubuh pengguna melalui pendekatan persentil agar memenuhi prinsip kenyamanan, keamanan, dan efisien pada aktivitas belajar (Panero & Zelnik, 1979). Metode ini sangat penting untuk siswa sekolah dasar karena mereka tumbuh cepat dan memiliki berbagai ukuran tubuh yang luas. Dalam teori ergonomi, kesesuaian antara manusia dan lingkungan fisik sangat penting untuk kenyamanan, kesehatan, dan efektivitas belajar (Prayoga, 2025). Namun, teori pembelajaran berbasis pengalaman memberikan dasar untuk gagasan bahwa keterlibatan aktif melalui praktik langsung dapat meningkatkan pemahaman dan retensi pengetahuan, terutama bagi siswa usia sekolah dasar. Oleh karena itu, kerangka teoritis yang kuat untuk pelaksanaan kegiatan ini adalah gabungan pembelajaran praktik, ergonomi, dan antropometri.

Berdasarkan analisis mitra dan dasar teoritis tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya postur tubuh yang benar dalam aktivitas belajar, mengenalkan konsep ukuran tubuh melalui pengukuran antropometri sederhana, dan membantu sekolah mendapatkan data aktual mengenai ukuran tubuh siswa sebagai dasar rekomendasi perbaikan. Selain itu, kegiatan ini bertujuan memberikan solusi praktis yang dapat segera diterapkan oleh pihak sekolah tanpa memerlukan perubahan fasilitas yang mahal, seperti pengelompokan kursi, penggunaan footrest sederhana, dan pemasangan poster postur di kelas. Melalui kegiatan ini diharapkan mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih ergonomis dan sekaligus menumbuhkan pemahaman mandiri siswa mengenai tubuhnya sebagai bagian dari pendidikan kesehatan dasar.

## METODE KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dibagi menjadi tiga kegiatan yaitu presentasi, praktik pengukuran antropometri dan monitoring serta evaluasi. Tiga kegiatan ini disusun secara berurutan agar siswa memperoleh pemahaman dasar terlebih dahulu, kemudian melakukan praktik secara langsung dan akhirnya dievaluasi untuk memastikan keberlanjutan pengetahuan yang telah diperoleh. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan secara langsung pada hari Rabu, 29 Oktober 2025 pukul 08.00-10.00 WIB di SD Hang Tuah 7, yang beralamat di Jalan Golf 1, Gn. Sari Kecamatan Dukuh pakis, Kota Surabaya, Jawa Timur. Kegiatan pengabdian ini diikuti 17 siswa dari kelas 3 dengan pendampingan dari tim pengabdian masyarakat program studi desain interior. Ketiga bentuk kegiatan tersebut meliputi :

## 1. Presentasi Materi

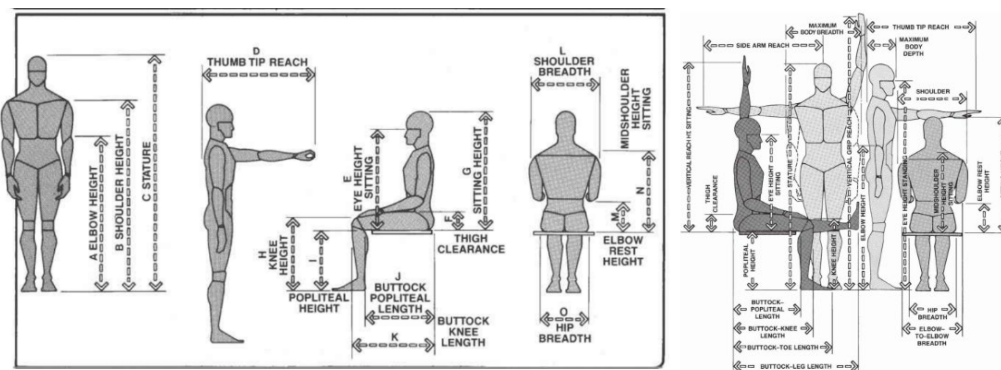
Pada tahap awal kegiatan menerapkan presentasi untuk siswa sebagai penerima informasi secara pasif tetapi tetap interaktif. Penyampaian materi dilakukan dengan pendekatan ceramah edukatif untuk menyampaikan materi dasar antropometri dan postur tubuh secara sederhana. Penyajian materi disesuaikan dengan usia siswa kelas 3, menggunakan ilustrasi, contoh gambar dan demonstrasi pengukuran agar mudah dipahami.

## 2. Praktik Pengukuran Antropometri

Dalam tahap kedua kegiatan, siswa berpartisipasi secara aktif dalam proses pembelajaran. Metode ini digunakan untuk membuat pemahaman siswa kelas 3 tentang antropometri menjadi lebih mudah. Teknik yang digunakan mirip dengan pelatihan kerja tetapi di sesuaikan untuk anak sekolah dasar.

Langkah pelaksanaannya sebagai berikut :

- a. Siswa dibagi menjadi 9 kelompok, masing-masing terdiri dari 2 siswa.  
Setiap kelompok melakukan empat jenis pengukuran antropometri, yaitu:
  - Tinggi badan
  - Tinggi duduk / tinggi popliteal
  - Panjang lengan
  - Panjang tungkai



Gambar 1. Ilustrasi Pengukuran Antropometri Tubuh

- b. Fasilitator dari tim pengabdian masyarakat dan guru kelas mendampingi setiap kelompok untuk memastikan prosedur dilakukan dengan benar.
- c. Siswa bergantian peran sebagai pengukur, yang diukur, dan pencatat hasil.
- d. Pengukuran dilakukan dua kali dan dicatat dalam lembar pengukuran.
- e. Setelah semua pengukuran selesai, siswa melakukan latihan postur duduk ergonomis. Tim pengabdian memberi contoh posisi duduk yang benar, kemudian siswa mempraktikkannya di meja belajar masing-masing.

Melalui kegiatan praktik ini, siswa memahami bahwa ukuran tubuh setiap individu berbeda sehingga kebutuhan posisi duduk dan kesesuaian furnitur perlu diperhatikan agar lebih nyaman dan sehat.

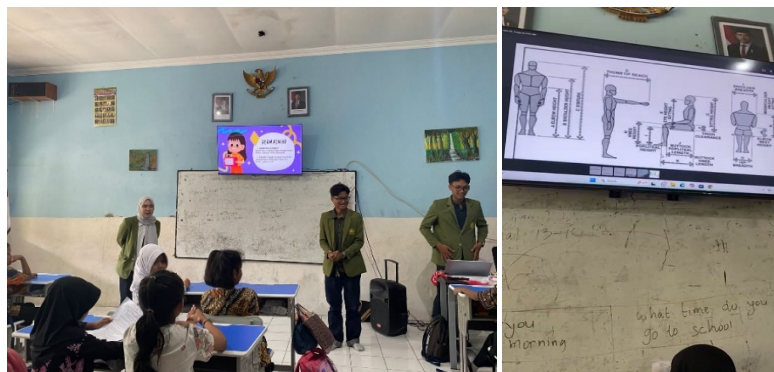
## 3. Evaluasi

Tahap ketiga kegiatan adalah evaluasi untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Evaluasi dilakukan melalui beberapa cara :

- a. *Post-test* sederhana melalui games interaktif diberikan kepada siswa untuk mengukur peningkatan pemahaman setelah menerima edukasi dan praktik pengukuran.
- b. Tim melakukan observasi langsung untuk melihat apakah siswa mampu mempertahankan postur duduk yang benar setelah mendapatkan instruksi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyampaian materi tentang prinsip antropometri dan postur tubuh mampu meningkatkan keterlibatan kognitif peserta sebelum melakukan praktik pengukuran. Dapat dilihat pada gambar 1 menunjukkan tahap pertama kegiatan yaitu penyampaian materi edukasi antropometri kepada siswa. Presentasi berjudul "Posisi Tubuh yang Baik Bikin Kita Sehat dan Semangat!" disampaikan oleh tim fasilitator dengan menggunakan media visual yang menunjukkan gambar postur tubuh dan contoh bagaimana postur tersebut dapat diterapkan dalam aktivitas belajar sehari-hari. Dengan menggunakan slide berwarna dan presentasi visual sederhana, tujuan penggunaan visual yang menarik adalah untuk membantu anak usia sekolah dasar memahami konsep ergonomi dengan lebih baik. Siswa terlihat memperhatikan penjelasan yang diberikan, sementara fasilitator berinteraksi secara terstruktur untuk memastikan setiap poin materi diterima dengan baik. Studi ini menunjukkan bahwa tahap penyampaian materi berjalan dengan baik. Ini juga menjadi landasan penting bagi kegiatan praktik pengukuran dan evaluasi pemahaman pada tahap yang lebih lanjut.



Gambar 2. Proses Penyampaian Materi Antropometri

Rangkaian proses pengukuran antropometri yang dilakukan oleh siswa secara berpasangan dengan pendampingan fasilitator dapat dilihat pada Gambar 2. Proses ini mencakup pengukuran tinggi badan, tinggi duduk (popliteal), panjang lengan, serta panjang tungkai. Alat ukur yang digunakan adalah meteran baju, sementara siswa mencatat hasil pengukuran secara langsung pada lembar kerja. Pelaksanaan pengukuran dilakukan dengan mengikuti prosedur sederhana namun sistematis. Subjek diminta mempertahankan postur natural sesuai parameter yang diukur, pengukur memastikan meteran berada pada posisi tegak dan sejajar dengan titik referensi tubuh, serta setiap pengukuran dilakukan minimal dua kali untuk meningkatkan validitas data. Pada gambar 2 menunjukkan bahwa siswa mampu melaksanakan teknik dasar pengukuran dengan baik, mulai dari mengukur tinggi duduk saat subjek berada pada posisi tegak, mengukur panjang tungkai dari lipat lutut hingga telapak kaki, hingga memastikan ketepatan selama proses pencatatan. Aktivitas ini tidak hanya menghasilkan data empiris yang kemudian dianalisis dalam Tabel 1, tetapi juga memperlihatkan peningkatan pemahaman siswa terhadap konsep ukuran tubuh melalui pengalaman langsung sebagai pengukur maupun sebagai subjek pengukuran. Dokumentasi visual ini memperkuat bahwa pendekatan berbasis praktik memberikan dampak positif dalam meningkatkan keterlibatan dan pemahaman konsep ergonomi pada anak sekolah dasar.



Gambar 3. Pengukuran Antropometri Oleh Siswa

Hasil pengukuran menunjukkan variasi dimensi antropometri yang cukup bervariasi diantara 17 siswa kelas 3 yang menjadi peserta kegiatan, dapat dilihat pada tabel 1. Tinggi badan siswa antara 121–143 cm, dengan distribusi yang relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan. Variasi ini mencerminkan perbedaan tahap pertumbuhan anak usia 8–9 tahun dan menjadi faktor penting dalam analisis kesesuaian furnitur kelas. Tinggi duduk (tinggi popliteal) yang diukur berkisar antara 40–74 cm, dengan satu nilai 40 cm yang teridentifikasi sebagai potensi outlier atau kesalahan pencatatan, sedangkan mayoritas nilai berada pada kisaran 59–72 cm. Hasil ini penting karena tinggi duduk menjadi parameter utama untuk menentukan ketinggian kursi ideal agar telapak kaki siswa dapat menapak lantai.

Panjang lengan siswa berada pada rentang 53–66 cm, sementara panjang tungkai tercatat antara 33–41 cm. Nilai-nilai ini menunjukkan heterogenitas ukuran tubuh yang cukup besar dalam satu kelas, dan implikasinya terlihat pada pengamatan lapangan: sejumlah siswa mengalami posisi duduk menggantung akibat tinggi kursi yang melebihi tinggi popliteal mereka, sedangkan beberapa siswa dengan tubuh lebih tinggi justru membutuhkan jarak meja yang lebih besar untuk mencapai sudut siku yang ergonomis saat menulis. Data antropometri pada tabel ini menjadi dasar untuk mengidentifikasi ketidaksesuaian dimensi furnitur dengan kebutuhan fisik siswa, dan sekaligus menegaskan pentingnya edukasi antropometri berbasis praktik sebagai upaya meningkatkan kesadaran siswa mengenai hubungan antara ukuran tubuh mereka dan kenyamanan belajar.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Data Antropometri Siswa Kelas 3

| Jenis kelamin | Usia | Tinggi badan | Tinggi duduk | Panjang lengan | Panjang tungkai |
|---------------|------|--------------|--------------|----------------|-----------------|
| Perempuan     | 8    | 134          | 69           | 60             | 38              |
| Perempuan     | 9    | 123          | 63           | 55             | 36              |
| Perempuan     | 8    | 132          | 70           | 53             | 37              |
| Perempuan     | 9    | 141          | 74           | 59             | 41              |
| Laki-laki     | 8    | 133          | 72           | 66             | 37              |
| Laki-laki     | 9    | 133          | 69           | 66             | 38              |
| Laki-laki     | 8    | 126          | 65           | 65             | 37              |
| Perempuan     | 8    | 132          | 66           | 60             | 33              |
| Perempuan     | 9    | 126          | 40           | 61             | 33              |
| Perempuan     | 9    | 121          | 50           | 56             | 39              |
| Laki-laki     | 9    | 136          | 58           | 62             | 33              |

|           |   |     |    |    |    |
|-----------|---|-----|----|----|----|
| Laki-laki | 8 | 126 | 64 | 63 | 35 |
| Laki-laki | 8 | 124 | 65 | 65 | 35 |
| Laki-laki | 9 | 143 | 72 | 62 | 40 |
| Perempuan | 8 | 128 | 59 | 57 | 34 |
| Perempuan | 8 | 132 | 59 | 59 | 34 |
| Laki-laki | 9 | 129 | 66 | 64 | 37 |



Gambar 4. Suasana Mini-games (post-test) Pemahaman Antropometri dan Posisi Tubuh

Evaluasi pemahaman antropometri dan posisi tubuh yang baik melalui permainan edukatif (*post-test*) menunjukkan peningkatan yang jelas dibandingkan dengan kondisi awal. Gambar 4 menunjukkan antusiasme siswa saat mereka menjawab pertanyaan dalam *mini-games*. Sebagian besar siswa dapat mempelajari contoh postur duduk yang benar, cara membawa tas yang ergonomis, dan contoh meja dan kursi yang sesuai berdasarkan pengukuran tubuh mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa berperilaku lebih baik setelah kegiatan. Ketika mereka menyadari bahwa posisi duduk mereka sebelumnya tidak sesuai dengan prinsip ergonomi, mereka langsung memperbaiki posisi duduk mereka dengan merapatkan punggung mereka ke sandaran dan menurunkan kaki mereka ke lantai. Hari-hari berikutnya, guru kelas mengatakan bahwa siswa tampak lebih sadar; mereka bahkan lebih sering mengingatkan satu sama lain dan menyesuaikan posisi duduknya tanpa diminta.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendidikan antropometri berbasis praktik dapat secara efektif meningkatkan keterlibatan, pemahaman, dan kesadaran postur siswa di sekolah dasar. Sementara observasi perilaku dan hasil *post-test* menunjukkan bahwa siswa mampu menerapkan prinsip ergonomi sederhana secara langsung, data pengukuran yang dikumpulkan memberikan gambaran objektif tentang variasi ukuran tubuh siswa dan kemungkinan ketidaksesuaian dengan furnitur kelas. Ada bukti bahwa penggabungan pendidikan visual, latihan pengukuran mandiri, dan permainan interaktif adalah metode yang efektif untuk menanamkan konsep ergonomi pada anak usia sekolah dasar. Ini didukung oleh dokumentasi kegiatan yang dilakukan selama berbagai tahap, mulai dari penyampaian materi hingga proses pengukuran dan evaluasi. Temuan-temuan tersebut menjadi dasar yang kuat untuk tahap diskusi dan implikasi kegiatan. Selain itu, mereka membuka pintu untuk perbaikan lingkungan belajar yang lebih sesuai dengan antropometri anak.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai peningkatan kesadaran postur tubuh dan pemahaman ukuran tubuh melalui edukasi antropometri berbasis praktik telah mencapai tujuan yang diharapkan. Intervensi berupa penyampaian materi ergonomi, praktik pengukuran tubuh secara mandiri, dan evaluasi berbasis permainan terbukti efektif meningkatkan pemahaman siswa mengenai hubungan antara ukuran tubuh dan postur duduk yang benar. Partisipasi aktif siswa selama

pengukuran memberikan pengalaman belajar langsung yang memperkuat kesadaran mereka terhadap variasi ukuran tubuh serta implikasinya terhadap kenyamanan belajar. Perubahan perilaku positif, seperti koreksi spontan posisi duduk dan cara membawa tas, menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga memicu pembentukan kebiasaan ergonomis jangka pendek.

Selain memberikan manfaat bagi siswa, kegiatan ini menghasilkan data antropometri aktual yang penting bagi sekolah untuk menilai kembali kesesuaian furnitur kelas dan menerapkan penyesuaian sederhana seperti penggunaan pijakan kaki, pengaturan ulang kursi berdasarkan kelompok ukuran tubuh, serta pemasangan media edukasi visual mengenai postur. Dengan pendekatan yang murah, mudah diterapkan, dan relevan bagi konteks sekolah dasar, program ini menjadi contoh intervensi yang dapat direplikasi di sekolah lain untuk mendukung lingkungan belajar yang lebih ergonomis. Ke depan, sekolah disarankan melakukan pengukuran antropometri secara berkala dan memasukkan edukasi ergonomi dalam kegiatan rutin pembiasaan kelas agar kesadaran postural siswa dapat terjaga dan berkembang secara berkelanjutan.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan apresiasi kepada SD Hang Tuah 7 Surabaya atas kerja sama dan keterbukaannya dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih kepada Kepala Sekolah, wali kelas, serta seluruh siswa kelas 3 yang telah berpartisipasi aktif selama proses edukasi, praktik pengukuran antropometri, dan evaluasi berlangsung. Penghargaan juga disampaikan kepada mahasiswa Program Studi Desain Interior yang telah membantu sebagai fasilitator lapangan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan terstruktur. Penulis turut berterima kasih kepada pihak institusi yang memberikan dukungan administratif dan pendanaan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Semua kontribusi tersebut memberikan peran penting dalam keberhasilan program dan penyusunan artikel ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alotaibi, M. S. (2024). Game-Based Learning in Early Childhood Education : A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 2(4). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1307881>
- Bai, Y., Kamarudin, K. M., & Alli, H. (2024). Heliyon Review Article a Systematic Review of Research on Sitting and Working Furniture Ergonomic from 2012 To 2022: Analysis of Assessment Approaches. *Heliyon*, 10(7), e28384. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e28384>
- Castellucci, H. I., Arezes, P. M., & Viviani, C. A. (2010). Mismatch Between Classroom Furniture and Anthropometric Measures in Chilean Schools. *Applied Ergonomics*, 41(4), 563–568. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2009.12.001>
- Desmyanti, Irawan, R., Astiarani, Y., & Heidy. (2021). Kesesuaian Ergonomi Meja Belajar dengan Data Antropometri Siswa di Sekolah Dasar Jakarta Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup*, 6(1), 10–22.
- Harahap, P., Huda, L. N., & Pujangkoro, S. A. (2013). Analisis Ergonomi Redesain Meja dan Kursi Siswa Sekolah Dasar. *e-Jurnal Teknik Industri FT USU*, 3(2), 38–44.
- Hasimjaya, J., Wibowo, M., & Wondo, D. (2019). Kajian Antropometri & Ergonomi Desain Mebel Pendidikan Anak Usia Dini 3-4 Tahun di Siwalankerto. *Dimensi Interior*, 15(1), 45–55. <https://doi.org/10.9744/interior.15.1.45-55>
- Maemunah, D., & Wahidin (2022). Pengaruh *Experiential Learning* Terhadap Kemampuan Numerasi Siswa Sekolah Dasar Berdasarkan Teori Bruner. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 5632–5637.
- Makomulamin, Sari, N. P., & Sridefina, F. (2022). Implementasi Antropometri Terhadap Desain Meja Kursi Belajar Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 17 Pekanbaru Terhadap Pencegahan Muskuloskeletal Disorders (MSD's). *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas* 2(3), 255–262.

- Panero, J., & Zelnik, M. (1979). *Human Dimension and Interior Space: A Source Book of Design Reference Standards*. New York (US): Clarkson Potter/Ten Speed  
[www.crownpublishing.com](http://www.crownpublishing.com)0Awww.watsonguptill.com
- Paramés-González, A., Gutiérrez-Santiago, A., Fernandes, A., Braga, A. C., Costa, N., Carneiro, P., Reguera-López-de-la-Osa, X., Prieto-Lage, I. (2024). Asymmetry in the Alignment of School Furniture and Anthropometric Measures: A Comparative Study Between Two Schools in Spain and Portugal. *Symmetry*, 16, 1588. <https://doi.org/10.3390/sym16121588>
- Prayoga, I. C., & Kasiyan. (2025). The Relationship Between Table and Chair Size and Ergonomics Studies in Elementary Schools. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 12(8), 173–182.
- Safitri, R. R., Rahmania, U. G., Putri, A. F., & Jumadi, J. (2025). The Impact of Game-Based Learning on Student Competencies in Science: A systematic Review. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 10(1), 116–136. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v10i1.5188>
- Shofura, R., Abner, K., & Zuraida, R. (2024). Ergonomics Analysis of Classroom Furniture. *Jurnal Tekno*, 21(1), 33-43. [10.33557/jtekno.v21i1.3316](https://doi.org/10.33557/jtekno.v21i1.3316).
- Sinti, J. E. C., Haro, T. A. O., & Lazo, K. M. A. (2026). Relationship Between School Furniture Design and Musculoskeletal Problems in Children: an Ergonomic Approach. *Rehabilitation and Sports Medicine*, <https://doi.org/10.56294/ri2026215>
- Yulianingtyas, R. A., & Haqi, D. N. (2021). Designing School Tables and Chairs based on Anthropometry of Elementary School Students in Surabaya *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 10(1), 97–104. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v10i1.2021.97-104>