

**TINJAUAN KEBUGARAN JASMANI DAN STATUS GIZI SISWA  
SEKOLAH DASAR DI NAGARI DUO KOTO KECAMATAN  
TANJUNG RAYA KABUPATEN AGAM**

**SKRIPSI**



**Oleh :  
HILDA PRATIWI  
18086014**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022**



**PERSETUJUAN SKRIPSI**

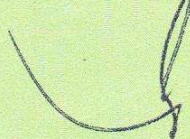
**TINJAUAN KEBUGARAN JASMANI DAN STATUS GIZI SISWA  
SEKOLAH DASAR DI NAGARI DUO KOTO KECAMATAN  
TANJUNG RAYA KABUPATEN AGAM**

Nama : Hilda Pratiwi  
NIM : 18086014  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2022

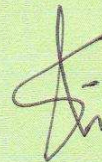
Disetujui oleh

Ketua Departemen  
Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes  
NIP 19611230 198803 1 003

Pembimbing



Sepriadi S.Si. M.Pd  
NIP. 198909012014041002



## HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

Dinyatakan Lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

Judul : Tinjauan Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam  
Nama : Hilda Pratiwi  
NIM : 18086014  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2022

Tim Penguji  
Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Sepriadi. S.Si., M.Pd

1. 

2. Sekretaris : Drs. Zulman. M.Pd

2. 

3. Anggota : Dr. Sri Gusti Handayani. S.Pd., M.Pd

3. 



## PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tingkat Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam”, adalah hasil karya saya sendiri
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, April 2022

Yang membuat pernyataan



Hilda Pratiwi  
NIM. 18086014

## ABSTRAK

**Hilda Pratiwi (2018) : Tinjauan Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam**

Masalah dalam penelitian ini belum diketahui kondisi kebugaran jasmani dan status gizi siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani dan status gizi siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas 5 SD Negeri 19 Koto Tinggi, SD Negeri 10 Koto Baru, SD Negeri 23 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam berjumlah 56 siswa, dengan rincian siswa putra berjumlah 28 dan siswa putri berjumlah 28 siswa. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani adalah tes TKJI tahun 2010 untuk anak usia 10- 12 tahun dan instrumen untuk mengetahui status gizi adalah dengan menggunakan pedoman tabel gizi yang ditetapkan oleh DEPKES RI tahun 2010 berdasarkan umur. Analisis data menggunakan teknik distribusi frekuensi atau teknik persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1) Kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar di Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam termasuk dalam kategori sedang. 2) Status gizi siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam termasuk kedalam kategori normal

**Kata Kunci : *Kebugaran Jasmani, status gizi, sekolah dasar***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Tinjauan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar di Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam”. Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK). Selama pelaksanaan dan melakukan penulisan proposal penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan, baik moril dan materil dari segala pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Arnedral, M.Pd, selaku Dekan FIK UNP
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes sebagai Ketua Departemen Pendidikan Olahraga dan Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd sebagai Sekertaris Departemen Pendidikan Olahraga sekaligus pembimbing skripsi ini yang telah memberikan nasehat serta dukungan moral kepada penulis dan juga bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Bapak Drs. Zulman, M.Pd dan Ibu Dr. Sri Gusti Handayani, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Kedua Orang Tua Saya, Ayah dan Mamah yang sangat Kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal penelitian ini.
6. Bapak/Ibu Dosen Karyawan Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah mendidik

dalam masa perkuliahan dan memberikan motivasi dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.

7. Bapak/Ibu Guru, dan siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi, SD Negeri 10 Koto Baru, SD Negeri 23 Koto Baru yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.
  8. Rekan-rekan yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.
- Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan proposal penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, April 2022

Hilda Pratiwi

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Teori .....	7
B. Kerangka Konseptual .....	23
C. Pertanyaan Penelitian .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	26
C. Populasi dan Sampel penelitian .....	27
D. Jenis dan Sumber Data.....	28
E. Definisi Operasional.....	28
F. Instrumen Penelitian .....	30
G. Teknik Analisa Data .....	43
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>47</b>
A. Hasil Analisis Data Penelitian .....	47
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	58
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>68</b>
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran.....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>72</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian .....	27
Tabel 2. Klasifikasi IMT untuk anak Usia 5 - 18 tahun.....	30
Tabel 3. Tabel Nilai Kebugaran Jasmani Indonesia untuk Anak Umur 10-12 Tahun Putra.....	44
Tabel 4. Tabel Nilai Kebugaran Jasmani Indonesia untuk Anak Umur 10-12 Tahun Putri .....	45
Tabel 5. Norma Tes Kebugaran Jasmani Indonesia.....	45
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.....	48
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Data TKJI Siswa SD Negeri 10 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.....	49
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Data TKJI Siswa SD Negeri 23 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.....	50
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Data TKJI Siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.....	52
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	53
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Siswa SD Negeri 10 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	54
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Siswa SD Negeri 23 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	56
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam ...	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual .....	25
Gambar 2. Timbangan Berat Badan.....	31
Gambar 3. Alat ukur tinggi badan.....	32
Gambar 4. Pelaksanaan tes lari 40 meter .....	36
Gambar 5. Pelaksanaan tes gantung angkat .....	38
Gambar 6. Pelaksanaan Tes baring duduk .....	40
Gambar 7. Pelaksanaan Tes Loncat Tegak .....	42
Gambar 8 .Pelaksanaan Tes Lari 600 meter.....	43
Gambar 9. Diagram Hasil Penelitian Kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	48
Gambar 10. Diagram Hasil Penelitian Kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 10 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	50
Gambar 11. Diagram Hasil Penelitian Kebugaraan Jasmani Siswa SD Negeri 23 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	51
Gambar 12. Diagram Hasil Penelitian Kebugaraan Jasmani Siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.....	52
Gambar 13. Diagram Hasil Penelitian Stattus Gizi Siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	54
Gambar 14. Diagram Hasil Penelitian Stattus Gizi Siswa SD Negeri 10 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	55
Gambar 15. Diagram Hasil Penelitian Stattus Gizi Siswa SD Negeri 23 Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	56
Gambar 16. Diagram Hasil Penelitian Stattus Gizi Siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Baru Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam .....	57
Gambar 17. Tes Lari 40 Meter .....	95



Gambar 18. Tes Gantung Siku Tekuk Putra .....	96
Gambar 19. Tes Gantung Siku Tekuk Putri.....	96
Gambar 20. Tes Baring Duduk selama 30 Detik .....	97
Gambar 21. Tes Mengukur Tinggi Raihan .....	98
Gambar 22. Tes Loncat Tegak .....	98
Gambar 23. Sikap Permulaan Sebelum Lari 600 Meter .....	99
Gambar 24. Tes Lari 600 Meter.....	99
Gambar 26. Mengukur Berat Badan .....	100
Gambar 27. Foto Bersama Siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi .....	101
Gambar 28. Foto Bersama Siswa SD Negeri 10 Koto Baru .....	101
Gambar 29. Foto Bersama Siswa SD Negeri 23 Koto Baru .....	102

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Mentah TKJI SD Negeri 19 Koto Tinggi.....	72
Lampiran 2. Data Mentah TKJI Siswa SD Negeri 10 Koto Baru.....	73
Lampiran 3. Data Mentah TKJI Siswa SD Negeri 23 Koto Baru.....	74
Lampiran 4. Data Jadi TKJI Siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi.....	75
Lampiran 5. Data Jadi TKJI Siswa SD Negeri 10 Koto Baru.....	76
Lampiran 6. Data Jadi TKJI Siswa SD Negeri 23 Koto Baru.....	77
Lampiran 7. Data Status Gizi Siswa SD Negeri 19 Koto Tinggi.....	78
Lampiran 8. Data Status Gizi Siswa SD Negeri 10 Koto Baru.....	79
Lampiran 9. Data Status Gizi Siswa SD Negeri 23 Koto Baru.....	80
Lampiran 10. Cara menghitung Z-Score.....	81
Lampiran 11. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak.....	83
Lampiran 12. Formulir Penelitian.....	94
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	95
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian.....	103
Lampiran 15. Surat Izin dari Dinas Pendidikan.....	105
Lampiran 16. Surat Keterangan telah selesai melaksanakan penelitian.....	106



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kebugaran jasmani yang dibutuhkan manusia untuk bergerak dan melakukan pekerjaan bagi setiap orang itu berbeda-beda. Kebugaran jasmani yang di perlukan oleh anak dan orang dewasa berbeda. Tingkat kebugaran jasmani tergantung dengan apa yang dilakukan setiap hari nya, apabila pekerjaan atau kegiatan yang dilakukan sangat berat otomatis tingkat kebugaran jasmani yang di butuhkan semakin besar.

Siswa dengan tingkat kebugaran jasmani yang baik maka akan mampu melaksanakan tugas belajar dengan lancar dan mampu berkonsentrasi dengan tugas belajarnya. Siswa juga tidak mudah lelah sehingga bisa menerima materi yang diberikan oleh guru dengan mudah. Hal ini akan memperlancar proses belajar mengajar di sekolah. Kebugaran jasmani bisa dimiliki siapa saja dengan berbagai usaha. Diantaranya melakukan aktivitas jasmani secara teratur seperti lari-lari kecil di setiap sore atau pagi. Dan dibantu juga dengan memakan makanan yang bergizi.

Manfaat dari kebugaran jasmani bagi siswa adalah meningkatkan jasmani siswa diyakini akan meningkatkan kemampuan akademis siswa dalam belajar. Kebugaran jasmani merupakan suatu kondisi seseorang dimana setelah melakukan aktivitas yang berat tidak merasakan kelelahan, artinya seseorang tersebut masih bisa atau masih mampu untuk melakukan kegiatan lainnya.

Kenyataan yang terjadi di lapangan masih banyak orang tua yang kurang memperhatikan kebugaran jasmani anaknya. Kurang nya pengetahuan orang tua tentang betapa pentingnya kebugaran jasmani bagi anak untuk proses belajarnya. Terkadang orang tua juga kurang memperhatikan makanan yang sering di konsumsi anaknya sehingga bisa mempengaruhi terhadap kesehatan gizi anak, sehingga terjadi kelebihan berat badan yang berlebih sehingga anak malas untuk bergerak.

Pada saat melakukan survei ke sekolah-sekolah kondisi kebugaran jasmani terlihat kurang bugar terlihat dari kebiasaan siswa yang sering menguap, tertidur dikelas begitu juga dengan status gizi siswa nya yang terlihat kurang normal apabila dilihat dari segi fisik. Kebugaran seperti ini dapat diperoleh dengan program yang telah di atur seperti setiap sore atau setiap pagi melakukan lari-lari kecil, dan bagi siswa di sekolah biasanya ada program ekstrakurikuler yang dimana kegiatan tersebut tidak hanya membuat siswa untuk mengembangkan diri nya saja tetapi bisa untuk membuat siswa bugar, contoh nya pada ekstrakurikuler olahraga seperti sepak bola, bola voli, pencak silat, badminton dan lain sebagainya. Selain itu kegiatan ini sangat berpengaruh positif pada kesegaran jasmaninya.

Tingkat kebugaran jasmani seseorang bisa di ketahui dengan melakukan tes pengukuran. Pengukuran tersebut dilakukan dengan tes kebugaran jasmani. Perlu adanya tes kesegaran jasmani pada anak sekolah dasar untuk mengetahui seberapa besar tingkat kesegaran jasmani anak sekolah dasar dalam melakukan aktivitas sehari-hari.



Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kebugaran jasmani dan status gizi siswa di sekolah, Sehingga siswa tidak mengetahui tingkat kebugaran jasmani dan status gizinya. Adapun penyebab lainnya itu seperti pandemi yang mempengaruhi kegiatan pembelajaran olahraga yang seharusnya pada saat pembelajaran melibatkan aktivitas fisik tetapi pada saat terjadi pandemi Covid-19 pembelajaran dilakukan secara online sehingga pembelajaran tidak dilakukan secara maksimal. Dari segi makanan pun anak-anak lebih memilih makanan yang instan dan siap saji yang belum tentu bergizi bagi anak, Selain itu kemajuan teknologi seperti gadget yang di dalamnya terdapat permainan, atau hiburan lainnya itu sangat berpengaruh terhadap keinginan siswa untuk bergerak.

Alamsyah/dkk (2017) juga menjelaskan bahwa Kebugaran jasmani adalah kemampuan untuk melakukan kegiatan atau pekerjaan sehari-hari dan adaptasi terhadap pembebanan fisik tanpa menimbulkan kelelahan berlebihan dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggang maupun pekerjaan yang mendadak serta bebas dari penyakit. Diambil dari kesimpulan diatas maka pentingnya melakukan tes kebugaran jasmani adalah untuk mengetahui seberapa tinggi atau rendahnya tingkat kebugaran siswa, bagi siswa yang kurang dengan hasil kebugaran jasmaninya maka diberikan solusi agar siswa tersebut merasa bugar. Kekurangan konsumsi zat gizi bagi seseorang dari standar minimum umumnya akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas, dan produktifitas kerja (Eko, 2010; Rina K, 2010, Anderson, 2009). Menurut kutipan

tersebut maka sangat penting dilakukannya tes kebugaran jasmani dan status gizi pada siswa.

Berdasarkan permasalahan diatas maka peneliti berkeinginan melakukan penelitian dengan judul “Tinjauan Kebugaran Jasmani Dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam”

### **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang yang diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Kebugaran jasmani
2. Status gizi
3. Konsumsi makanan
4. Pengetahuan orang tua
5. Aktifitas belajar
6. Kemajuan teknologi
7. Aktifitas fisik

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka penulis akan meneliti dan membahas tentang :

1. Tinjauan kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.
2. Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah serta pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat kebugaran jasmani pada siswa sekolah dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam ?
2. Bagaimana status gizi pada siswa sekolah dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah diatas maka secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

1. Tingkat kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.
2. Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Nagari Duo Koto Kecamatan Tanjung Raya Kabupaten Agam.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
  - a. Agar dapat dijadikan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya tentang kebugaran jasmani dan status gizi siswa sekolah dasar.

- b. Bahan referensi kepada pihak sekolah dalam membahas tingkat kesegaran jasmani dan status gizi anak.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Dapat mengetahui kondisi kesegaran jasmaninya sehingga para siswa diharapkan lebih terpacu untuk meningkatkan kesegaran jasmaninya.
- b. Dapat mengetahui status gizinya sehingga siswa diharapkan lebih menjaga makanan yang di konsumsi setiap hari nya.
- c. Memberikan gambaran tentang kondisi kesegaran jasmani siswa, sehingga guru akan selalu memperhatikan dan berupaya untuk meningkatkan kesegaran jasmaninya.
- d. Memberikan masukan kepada sekolah agar memperhatikan kondisi kesegaran jasmani dan gizi siswanya dengan melakukan kontrol terhadap program pembelajaran guru pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.