

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA
DI SD NEGERI 006 PANGKALAN KERINCI
KABUPATEN PELALAWAN
PROVINSI RIAU**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi Departemen Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan memperoleh Gelar Sarjana*



**NABILLA WAHYUNI DEEVONA
NIM: 18086436**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

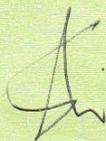
SKRIPSI

Judul : Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan

Nama : Nabilla Wahyuni Deevona
NIM : 18086436
Program Studi : Penjaskesrek
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaaan Universitas Negeri Padang

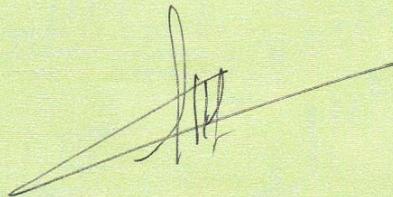
Padang, Februari 2023

Mengetahui
Sekretaris Departemen
Pendidikan Olahraga



Sepriadi, S.Si, M.Pd
NIP. 19890901 201404 1 002

Disetujui
Pembimbing



Hilmainur Syampurma, S.Pd, M.Pd. AIFMO-P
NIP. 19880529 201504 2 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Nabilla Wahyuni Deevona
NIM : 18086436

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

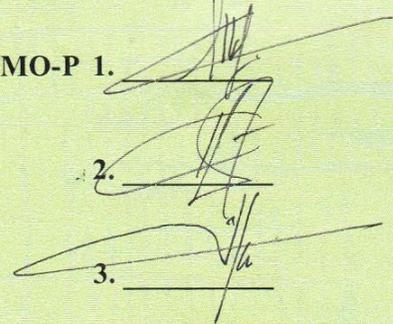
Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga
dan Kesehatan Siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci
Kabupaten Pelalawan

Padang, Februari 2023

Tim Penguji

Tanda Tangan

- 1. Ketua : Hilmainur Syampurma, S.Pd, M.Pd. AIFMO-P 1.**
- 2. Anggota : Drs. Ali Umar, M.Kes**
- 3. Anggota : Drs. Edwarsyah, M.Kes**



Three handwritten signatures are present, each corresponding to a member of the examination team. The first signature is for Hilmainur Syampurma, the second for Drs. Ali Umar, and the third for Drs. Edwarsyah. Each signature is written over a horizontal line.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepastakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya 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, Maret 2023
Yang membuat pernyataan



Nabilla Wahyuni Deevona
NIM. 18086436

ABSTRAK

Nabilla Wahyuni Deevona. 2023. Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan

Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya hasil belajar siswa yang diduga salah satu faktor penyebabnya adalah status gizi siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara status gizi siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2022 di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan yang berjumlah 958 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 55 orang siswa. instrument dalam penelitian ini menggunakan tes antropometri dan hasil belajar siswa semester Juli-Desember 2022. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi sederhana atau *product moment* dan dilanjutkan dengan analisis uji signifikansi dengan uji t.

Hasil penelitian ini adalah Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan dengan nilai signifikansi $t_{hitung} 3,39 > t_{hitung} 1,67$. Artinya semakin baik status gizi seseorang maka akan semakin baik juga hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang didapat.

Kata kunci: Status Gizi, Hasil Belajar

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan”. Diselesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan. Disadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak dapat terwujud. Oleh karena itulah pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Kedua Orang tua Papa (H. Effendi) dan mamak (Hj. Darmis Yunus, S.Sos) beserta seluruh keluarga saudara laki-laki (evan fernando, Ory Pranata, S.Kom, Nanda Satria Kusuma, S.Par) dan saudara perempuan (Putri Dwita Fadma, S.P) yang telah memberikan dukungan moril maupun materil selama penulis dalam masa pendidikan.
2. Ibu Himainur Syampurma, S.Pd, M.Pd. AIFMO-P selaku Dosen Pembimbing yang memberikan bimbingan, masukan dan perbaikan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Drs. Ali Umar, M.Pd, dan Bapak Drs. Edwarsyah, M.Kes, selaku Tim Penguji yang telah memberikan bimbingan, masukan dan perbaikan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan kemudahan dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Bapak Prof. Drs. Ganefri, M.Pd, Ph.D, Rektor beserta staf Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan yang telah meluangkan waktu bagi peneliti dalam melakukan pengumpulan data penelitian.
7. Sekolah Dasar Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan yang telah memberikan izin peneliti untuk melakukan pengambilan data penelitian.
8. Seluruh sivitas akademika Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan, motivasi dan saran dalam pembuatan skripsi ini.
9. Teman-teman tim peneliti yang telah membantu peneliti dalam proses pengumpulan data penelitian.

Semoga amal baik Bapak dan Ibu serta semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal oleh Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempatan, untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membantu sangat diharapkan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini memberikan manfaat baik untuk penulis sendiri maupun untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Padang, Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Kajian Teori	6
1. Status Gizi.....	6
2. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan....	14
B. Kerangka Konseptual.....	21
C. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	23
D. Jenis dan Sumber Data.....	24
E. Desain Operasioal	25
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	26
G. Teknik Analisa Data.....	28

DAFTAR PUSTAKA	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	31
1. Status gizi (X)	31
2. Hasil belajar (Y)	33
B. Uji Persyaratan Analisis	34
C. Pengujian Hipotesis.....	35
D. Pembahasan.....	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	23
2. Sampel Siswa SDN 006 Pangkalan Kerinci.....	24
3. Klasifikasi Indeks Massa Tubuh	26
4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Status gizi Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan	31
5. Distribusi Frekuensi Hasil Data Hasil belajar Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan	33
6. Uji Normalitas dengan Lilliefors	34
7. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi antara status gizi dengan hasil belajar siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka konseptual.....	21
2. Histogram Frekuensi Hasil Data Status gizi Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan.....	32
3. Histogram Frekuensi Hasil Data Hasil belajar Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Siswa Sd Negeri 006 Pangkalan Kerinci.....	44
2. Data Status Gizi Siswa.....	46
3. Data Hasil Belajar Siswa.....	48
4. Uji Normalitas Data Status Gizi.....	50
5. Uji Normalitas Data Hasil Belajar.....	52
6. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	54
7. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors.....	57
8. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i>	58
9. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 Ke Z.....	59
10. Tabel Persentil Untuk Distribusi <i>t</i>	60
11. Dokumentasi Penelitian.....	61

BABI PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tujuan Pendidikan Indonesia adalah untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, tercantum dalam UUD 1945 alenia ke empat, dalam pencapaian masyarakat yang adil, Makmur dan berpengetahuan, pemerintah Indonesia melakukan pembangunan disegala bidang, terutama dalam pembangunan dibidang Pendidikan dan olahraga. Pembangunan dipendidikan termasuk tujuan untuk sumber daya manusia (SDM) yang baik dan berkualitas, yaitu berilmu pengetahuan, memiliki keterampilan serta sehat jasmani dan rohani. Maka dari itu sangat diperlukanlah kebutuhan gizi yang cukup atau seimbang untuk mewujudkan tujuan Pendidikan di indonesia.

Menurut undang-undang No. 11 tahun 2022 pasal 26 ayat 2 tentang keolahragaan yang berbunyi sebagai berikut:

“Pembinaan dan pengembangan Olahraga pendidikan dilaksanakan melalui pembelajaran yang dilakukan oleh guru/dosen pendidikan jasmani dan Olahraga yang memenuhi kualifikasi dan kompetensi serta didukung oleh ketersediaan sumber belajar, Prasarana Olahraga, dan Sarana Olahraga dengan mempertimbangkan kemampuan daerah”.

Untuk mencapai tujuan Pendidikan nasional, sekolah sangat berperan penting terhadap pencapaian hasil belajar yang baik. Hasil belajar yang dikatakan baik adalah hasil belajar yang melewati kriteria ketuntasan minimum (KKM). Dimana sekolah merupakan suatu tempat bagi siswa untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran dalam seperangkat mata pelajaran. Salah satu mata pelajaran adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan

Kesehatan (PJOK).

Hasil belajar merupakan bagian penting dalam pembelajaran. Pada hakikatnya hasil belajar siswa adalah perubahan tingkah laku, sebagai hasil belajar dalam pengertian yang luas mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotoris (Sudjana, 2010). Dan menurut Arifin (2010:303) mengatakan hasil belajar yang optimal dapat dilihat dari ketuntasan belajarnya, terampil dalam mengerjakan tugas, dan memiliki apresiasi yang baik terhadap pelajaran.

Dari urian diatas dapat di simpulkan bahwa kemampuan- kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima hasil belajarnya tersebut mencapai aspek kognitif, afektif, dan psikometrik, sehingga hasil belajar dapat dilihat melalui kegiatan evaluasi atau ujian yang bertujuan untuk mendapatkan data pembuktian yang akan menunjukkan tingkat kemampuan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran yang diikuti. Hasil belajar dipengaruhi dari beberapa faktor, baik yang bersifat internal maupun yang bersifat eksternal.

Peningkatan hasil pembelajaran yang baik di sekolah tidak hanya dalam pemenuhan sarana dan prasarana yang ada di sekolah, ketersediaan guru, namun tidak kalah pentingnya adalah kondisi atau status gizi yang memadai guna membangun atau membuat siswa bergairah dan bersemangat dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah. Untuk mendapatkan kondisi fisik yang baik diperlukan asupan zat gizi yang seimbang yang maksudnya jumlah energi dan zat gizi yang masuk ke dalam tubuh sama dengan yang dibutuhkan dan dikeluarkan dari dalam tubuh

(Sepriani & Sepriadi, 2018).

Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan Pujiati, dkk., (2015) “Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial. Status gizi merupakan gambaran secara makro akan zat gizi tubuh kita, termasuk salah satunya adalah zat besi. Dimana bila status gizi tidak normal dikhawatirkan status zat besi dalam tubuh juga tidak baik”.

Gizi diperoleh dari asupan makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral. Sejumlah penelitian kesehatan menunjukkan bahwa asupan gizi pada siswa dapat menyebabkan kondisi anak yang lesu, letih, lelah dan loyo bahkan ada yang tertidur dalam belajar sehingga dalam proses belajar disekolah tidak dapat terlaksana dengan baik dan akan berdampak pada rendahnya hasil belajar siswa.

Berdasarkan observasi dan informasi peneliti terhadap salah satu guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci, bahwa hasil belajar siswa di SD Negeri Pangkalan Kerinci tergolong rendah. Hal ini dibuktikan oleh salah satu guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci mengatakan “bahwa pada hasil ujian akhir semester januari-juni 2022 masih banyak diantara siswa tidak melewati kriteria ketuntasan minimum (KKM), sehingga guru berupaya

melakukan remedial kepada siswa yang tidak melewati kerteria ketuntasan minimum (KKM). Dilihat dari permasalahan, maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa di SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci tergolong rendah karena faktor-faktor yang mempengaruhi yaitu: status gizi, lingkungan siswa, ekonomi, motivasi siswa, pola asuh orang tua, dukungan orang tua dan peran guru Pendidikan Jamani Olahraga dan Kesehatan.

Beranjak dari permasalahan yang terjadi di SD Negeri 006 pangkalan kerinci tersebut, maka peneliti tertarik melakukan suatu penelitian tentang “Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci” agar didapatkan data dan informasi dan pemecahan yang akurat serta mencari solusinya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan yang ada dilatar belakang masalah banyak faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Pengetahuan orang tua terhadap gizi
2. Sarana dan prasarana
3. Aktivitas Fisik
4. Lingkungan Sekolah
5. Guru
6. Afektif dan Kognitif
7. Status Gizi
8. Psikomotorik

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka, penulis akan meneliti dan membahas tentang Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah serta pembatasan masalah diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Apakah Terdapat Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas maka secara umum penelitian ini bertujuan untuk: Mengetahui Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Siswa SD Negeri 006 Pangkalan Kerinci.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi penulis
 - a. Untuk syarat memperoleh gelar sarjana di jurusan Pendidikan Olahraga.
 - b. Sebagai bahan masukan bagi peneliti yang akan meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar.
2. Bagi mahasiswa
 - a. Sebagai referensi bagi mahasiswa di Pustaka FIK UNP.
 - b. Untuk menambah wawasan dalam bidang penelitian.