

**TINJAUAN STATUS GIZI SISWA DAN SISWI MADRASAH
IBTIDAIYAH NEGERI 2 KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

*diajukan kepada tim penguji sebagai salah satu persyaratan guna
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Pada Departemen
Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang*



Oleh

**FERLY VERDIANSYAH
NIM : 19086336**

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

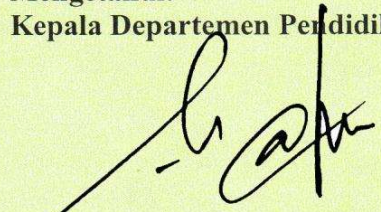
PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

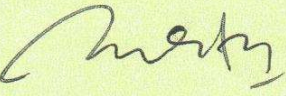
Judul : Tinjauan Status Gizi Siswa dan Siswi Madrasah Ibtidaiyah
Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar
Nama : Ferly Verdiansyah
NIM : 19086336
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2023

Mengetahui:
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga


Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:
Pembimbing


dr. Eldawaty, MH. Kes
NIP. 19710116 200903 2 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Ferly Verdiansyah
NIM : 19086336

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

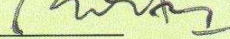
Tinjauan Status Gizi Siswa dan Siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2
Kabupaten Tanah Datar

Padang, Desember 2023

Tim Penguji

1. Ketua : dr. Eldawaty, MH. Kes
2. Anggota : Prof. Dr. Syahril Bakhtiar, M.Pd
3. Anggota : Hilmainur Syampurma, S.Pd, M.Pd, AIFMO-P

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Status Gizi Siswa dan Siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar” 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, Desember 2023
Yang membuat pernyataan



Ferly Verdiansyah
NIM : 19086336

ABSTRAK

Ferly Verdiansyah (2023) : Tinjauan Status Gizi Siswa dan Siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar.

Latar belakang dari permasalahan ini di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar di prediksi tingkat kecukupan gizi peserta didik di sekolah ini belum di ketahui, hal ini belum bisa di pastikan dalam keadaan gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, dan obesitas. Hal ini di tandai dari berbagai aktifitas yang di lakukan peserta didik terutama dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah sebanyak 143 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 70 orang dari kelas III, IV dan kelas V menggunakan metode *Random Sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur tinggi badan dan berat badan siswa dan siswi yang kemudian dipaparkan Indeks Masa Tubuh dengan menggunakan rumus $IMT = \frac{Berat\ (kg)}{Tinggi^2\ (m^2)}$. Data yang diperoleh dengan perhitungan persentase (%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan tentang status gizi siswa di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar dari 39 sampel dikelompokkan menjadi 5 kategori yaitu yang berada pada kategori gizi buruk sebanyak 0 orang (0%), kategori gizi kurang sebanyak 10 orang (25,64%), kategori gizi baik sebanyak 24 orang (61,53%), kategori gizi lebih sebanyak 3 orang (7,69%), dan kategori obesitas sebanyak 2 orang (5,12%), sedangkan status gizi siswi dari 31 sampel dikelompokkan menjadi 5 kategori yaitu yang berada pada kategori gizi buruk sebanyak 0 orang (0%), kategori gizi kurang sebanyak 8 orang (25,80%), kategori gizi baik sebanyak 17 orang (54,83%), kategori gizi lebih 3 orang (9,67%), dan kategori obesitas sebanyak 3 orang (9,67%).

Kata Kunci : Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ungkapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada peneliti. Sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“TINJAUAN STATUS GIZI SISWA DAN SISWI MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI 2 KABUPATEN TANAH DATAR”**. Shalawat beserta salam teruntuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah peradapan manusia dari zaman Jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat mencapai gelar sarjana (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penelitian skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Kedua orang tua yang terkasih, Ayahanda Syafril (Alm) tercinta dan Ibunda tersayang Syafnidar serta kepada saudari tersayang Indah Fuji Rahayu dan saudara tersayang Dhafi Alkabisi yang telah banyak memberikan dukungan baik moral maupun materil serta do'a yang tulus dan motivasi kepada penulis yang senantiasa memberikan dorongan semangat dalam menyelesaikan skripsi

ini.

2. Rektor Universitas Negeri Padang Bapak Prof. Ganefri, Ph.D
3. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd
4. Kepala Departemen Pendidikan Olahraga Bapak DR. Aldo Naza Putra, M.Pd.
5. Ibu dr. Eldawaty, MH. Kes selaku pembimbing yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan skripsi ini.
6. Bapak Prof. Dr. Syahril Bakhtiar, M.Pd dan Ibu Hilmainur Syampurma, S.Pd, M.Pd, AIFMO-P selaku penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam perbaikan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu Dosen dan Staf Pengajar Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan selama peneliti mengikuti perkuliahan.
8. Kepala Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar Pelatih yang telah memberikan izin dan membantu untuk melakukan penelitian.
9. Seluruh siswa dan siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kabupaten Tanah Datar yang telah menjadi sampel dalam penelitian ini.
10. Sahabat saya Ranny Misda, Dina Fajma Ningsih, Tika Rahma Sari, Panji Hendar, Fitra Ramadhan, Prada Infantri Tamaro Silaban, Heru Syahputra Roga, Farhan Alghaffar, Fauzan Azim, Muhammad Trifansyah, dan Muhammad Winto yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini hingga selesai.
11. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini hingga selesai melaksanakan penelitian ini.

Terimakasih yang begitu khusus atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut di atas, semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Aamiin-Aamiin ya rabbal'alamiin.

Padang, September 2023

Ferly Verdiansyah
NIM. 19086336

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Kajian Teori	8
1. Gizi.....	8
2. Jenis Zat Gizi dan Fungsinya	9
3. Sumber Gizi dan Manfaat Zat Gizi	15
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi.....	17
5. Klasifikasi Status Gizi.....	19
6. Penyakit Akibat Kurang Gizi	21
7. Status Gizi	28
8. Pengukuran Status Gizi	31
9. Stunting	33
B. Kerangka Konseptual.....	36
C. Pertanyaan Penelitian.....	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel	38
D. Definisi Operasional.....	40
E. Jenis dan Sumber Data.....	40

F. Teknik Pengumpulan Data.....	41
G. Instrumen Penelitian.....	41
H. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian.....	46
B. Pembahasan Hasil Penelitian	50
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

1. Gizi yang Dianjurkan Untuk Indonesia	11
2. Populasi Penelitian	39
3. Sampel Penelitian	39
4. Tabel Ambang Batas Status Gizi.....	44
5. Distribusi Frekuensi Siswa.....	47
6. Distribusi Frekuensi Siswi.....	48
7. Distribusi Frekuensi Siswa dan Siswi	49

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Konseptual	37
2. Alat Menimbang Berat Badan	43
3. Alat Mengukur Tinggi Badan.....	43
4. Histogram Status Gizi Siswa.....	47
5. Histogram Status Gizi Siswi.....	48
6. Histogram Status Gizi Siswa dan Siwi.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

1. Data Mentah Status Gizi Siswa-Siswi di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tantung Baru Kabupaten Tanah Datar.....	57
2. Data Jadi Status Gizi Siswa-Siswi di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tantung Baru Kabupaten Tanah Datar.....	61
3. Standar Indeks Masa Tubuh Menurut Umur	65
4. Dokumentasi.....	71
5. Surat Izin Penelitian	74

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Untuk mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur serta sehat jasmani dan rohani pemerintah Indonesia melaksanakan pembangunan di segala bidang salah satunya pembangunan di bidang gizi. Pembangunan dalam bidang gizi perlu mendapatkan perhatian yang khusus dari pemerintah, karena semakin baik gizi masyarakat maka akan menjadi sarana yang menunjang Pembangunan Nasional, sementara itu dalam peraturan presiden Republik Indonesia nomor 42 tahun 2013 tentang gerakan Nasional percepatan perbaikan gizi menjelaskan bahwa:

“(a) Bahwa meningkatnya sumber daya manusia yang sehat, cerdas dan produktif merupakan komitmen global dan merupakan aset yang sangat berharga bagi bangsa dan Negara Indonesia. (b) Bahwa untuk mewujudkan sumber daya manusia Indonesia yang sehat, cerdas dan produktif diperlukan status gizi secara terus menerus. (c) Bahwa pemerintah bertanggung jawab meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya gizi dan pengaruhnya terhadap peningkatan status gizi. (d) perlu menetapkan gerakan Nasional percepatan perbaikan gizi dengan peraturan presiden”.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa peranan status gizi sangat penting bagi masyarakat secara keseluruhan terutama pada anak-anak yang pada umumnya memiliki status gizi yang rendah perbaikan status gizi perlu ditanamkan pada peserta didik dari usia mendapatkan pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Agar mendapatkan energi yang cukup dan gizi yang seimbang unsur gizi yang terdapat dalam makanan juga harus seimbang. Kekurangan atau kelebihan unsur gizi akan menyebabkan berbagai gangguan Kesehatan tubuh. Syafrizal dan Wilda (2008:6-25) mengemukakan bahwa:

“(1) Kekurangan karbohidrat menyebabkan glukosa dalam darah rendah, akibatnya perasaan lapar, lesu dan malas. (2) kekurangan protein mengakibatkan kwashiorkor dan meramus (terutama pada bayi dan anak-anak). Kelebihan protein menyebabkan obesitas, kelebihan asam amino membebankan ginjal dan hati, menimbulkan asidosis, dehidrasi, diare, amoniak, darah naik, kenaikan ureum darah dan demam. (3). Cadangan lemak berlebihan dalam tubuh mengakibatkan beberapa penyakit jantung koroner, ginjal, diabetes militus, kolesterol dan juga kegemukan (obesitas)”.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa karbohidrat, protein, dan lemak sangat penting dalam tubuh manusia yang memiliki peran dan fungsinya masing-masing. Kurangnya karbohidrat yang masuk kedalam tubuh, orang akan lapar, lesu dan malas. Kurangnya protein yang masuk kedalam tubuh akan menghambat perkembangan otak dan otot. Jika kekurangan lemak dan kelebihan lemak maka mengakibatkan mudah terserang penyakit seperti: penyakit jantung, penyakit ginjal, kanker payudara, stroke, leukemia, diabetes militus, kolesterol dan obesitas (kegemukan).

Menurut Rosmaneli (2017) sehat merupakan landasan yang harus diupayakan terlebih dahulu untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Tanpa kondisi kesehatan yang baik, berbagai kesehatan yang baik, berbagai keberhasilan hidup, baik untuk diri sendiri, orang lain bangsa dan negara tentu tidak akan dapat di capai. Oleh karna itu kesadaran kemampuan dan kemauan untuk berperilaku hidup sehat bagi setiap orang harus diupayakan terlebih dahulu.

Berdasarkan kutipan diatas untuk membudayakan hidup perilaku sehat bagi anak-anak sejak usia dini, maka di Sekolah Dasar dilaksanakan pembelajaran penjasorkes, kondisi ideal yang diharapkan ditampilkan peserta didik adalah tingginya kemauan mereka untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit, jika

perlu hidup sehat ini telah dilaksanakan secara baik tentu mereka dapat memiliki kondisi kesehatan yang optimal dan juga hasil belajar yang baik.

Idealnya untuk memperoleh status gizi yang baik, diperlukan asupan makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, seperti makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral, serta berolahraga yang cukup.

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu faktor utama yang diperlukan dalam melaksanakan Pembangunan Nasional. Untuk meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) tersebut maka harus dilakukan upaya-upaya yang saling berkesinambungan. Dari beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas Sumber Daya Manusia (SDM), faktor kesehatan dan gizi memegang peranan penting karena orang tidak akan dapat mengembangkan kemampuannya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status kesehatan dan gizi yang optimal (Depkes, 2011).

Usia anak adalah usia emas yang menjadi bibit yang menentukan bagi masa depan bangsa. Artinya kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) generasi muda harus mulai di perhatikan sejak usia anak-anak. Ini muncul masalah pada anak usia Sekolah Dasar (SD/MI), yaitu terhambatnya pertumbuhan, menurunnya kecerdasan, menurunnya daya tahan tubuh. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya pemenuhan gizi yang baik anak usia SD/MI di Indonesia masih ada yang mengalami gizi buruk terutama pada daerah-daerah perdesaan yang kurang mendapat perhatian dari pemerintah (Depkes, 2011).

Di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar walaupun setiap 1 semester sudah dilaksanakan cek

kesehatan anak yang berkaitan dengan tinggi badan dan berat badan anak, namun guru pendidikan jasmani (penjaskes) belum bisa memaknai bahwa peserta didik mengalami kekurangan gizi namun setelah saya belajar di Universitas Negeri Padang saya mengetahui bahwa untuk mengukur berat badan dan tinggi badan yang ideal itu yaitu dengan menggunakan rumus indeks masa tubuh untuk mengukur status gizi.

Berdasarkan hasil observasi pengamatan dan wawancara langsung yang dilakukan dengan guru oleh penulis pada hari senin tanggal 09 Januari 2023 di sekolah terhadap Siswa dan Siswi di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar, di prediksi tingkat kecukupan gizi peserta didik di sekolah ini belum di ketahui, hal ini belum bisa di pastikan dalam keadaan gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, dan obesitas. Hal ini di tandai dari berbagai aktifitas yang di lakukan peserta didik terutama dalam pembelajaran pendidikan jansmani. Kelihatan peserta didik kurang bergairah, tidak bersemangat, pucat, daya tahan menurun dan lebih mudah terserang penyakit, sehingga tidak mampu mengikuti berbagai aktifitas. Selain itu peserta didik tampak loyo dalam mengikuti pelajaran serta tampak lesu, kurang serius dan terkadang ada yang pingsan pada saat upacara bendera.

Berbagai kemungkinan penyebab utama kekurangan gizi pada peserta didik seperti kemiskinan sehingga akses pangan anak terganggu. Penyebab lain adalah infeksi (diare), ketidak tahuan orang tua, karena kurangnya pendidikan sehingga pengetahuan tentang pentingnya gizi bagi seorang anak tidak terpenuhi dan faktor tabu tentang makanan dimana makanan bergizi ditabukan dan tidak di

konsumsi anak, kurang gizi pada anak dapat berdampak terhadap pertumbuhan seperti berat badan kurang, perawakan yang pendek bahkan dapat mengalami gagal tubuh. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti: status gizi, motivasi murid, kebugaran jasmani, orang tua, lingkungan dan cuaca.

Berpedoman dari penjelasan di atas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang status gizi Siswa dan Siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar dengan judul “ Tinjauan Status Gizi Siswa Dan Siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar”. Dengan latar belakang yang penulis paparkan di atas mendasarkan penulis mengadakan penelitian benar mendalam, sehingga mendapatkan data dan informasi yang akurat, serta untuk di capainya solusi atau jalan permasalahan yang akurat.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang timbul dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Status gizi
2. Kebugaran jasmani siswa dan siswi
3. Orang tua
4. Motivasi siswa dan siswi
5. Lingkungan
6. Cuaca

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang perlu di beri Batasan sesuai dengan tujuan agar terhindar dari penafsiran yang keliru terhadap masalah yang kan diteliti. Dalam penelitian ini permasalahan yang di batasi sebagai berikut:

1. Status gizi Siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar.
2. Status gizi Sisiwi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar.

D. Perumasan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat di rumuskan yaitu:

1. Bagaimanakah status gizi Siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar.
2. Bagaimanakah status gizi Siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Mengetahui status gizi Siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tantung Baru Kabupaten Tanah Datar.
2. Mengetahui status gizi Siswi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tantung Baru Kabupaten Tanah Datar.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Pihak sekolah Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Tanah Datar Kecamatan Tanjung Baru Kabupaten Tanah Datar dalam pemahaman dan pengertian status gizi dan penting dalam meningkatkan hasil belajar siswa dan Siswi.
3. Mahasiswa sebagai bahan referensi bagi pembaca di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
4. Sebagai bahan masukan bagi siswa dan Siswi supaya lebih semangat dalam mengikuti pembelajaran penjas nantinya.
5. Sebagai Penilaian Olahraga