

**HUBUNGAN KESEGERAN JASMANI DAN STATUS GIZI DENGAN
HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN SISWA PUTRA XI. IPA SMA NEGERI 1 BASO
KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu
Keolahragaaan untuk memenuhi persyaratan
memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**NOVITA SARI
NIM: 1102953/11**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

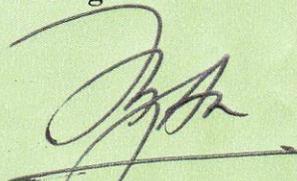
Judul Skripsi : Hubungan Kesegaran Jasmani dan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam

Nama : Novita Sari
NIM/BP : 1102953/11
Jurusan : Kepeleatihan
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2016

Disetujui Oleh :

Pembimbing I



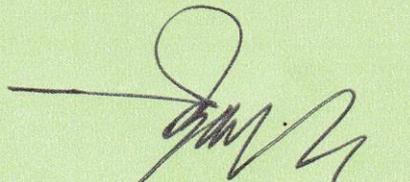
Drs. Aryadje Adnan, M.Si
NIP. 19581020 198403 1 003

Pembimbing II



Dr. Wilda Welis, S.P., M.Kes
NIP. 19700512 199903 2 001

Mengetahui:
Ketua Jurusan Kepeleatihan



Drs. Umar, M.S, AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

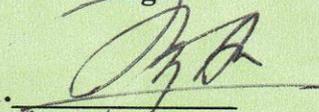
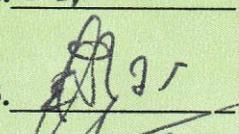
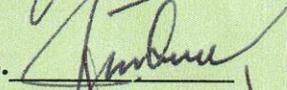
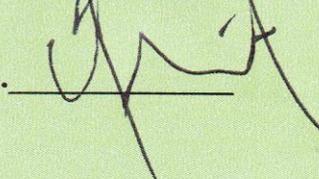
**Nama : Novita Sari
NIM : 1102953**

**Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan Kepeleatihan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

**Hubungan Kesegaran Jasmani dan Status Gizi dengan Hasil Belajar
Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Putra XI. IPA
SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam**

Padang, Maret 2016

Tim Penguji:

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Aryadie Adnan, M.Si	1. 
2. Sekretaris	: Dr. Wilda Welis, S.P.,M.Kes	2. 
3. Anggota	: Prof. Dr. Eri Barlian, MS	3. 
4. Anggota	: Dr. Ishak Aziz, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Maidarman, M.Pd	5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Kesegaran Jasmani dan Status Gizi dengan Hasil Belajar Siswa Putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam” adalah asli 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 dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam 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 2016
Yang membuat pernyataan



Novita Sari
NIM. 2011/1102953

ABSTRAK

Novita Sari 2015: Hubungan Kesegaran Jasmani dan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam

Masalah penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam. Masalah ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya Kesegaran Jasmani (X_2) dan Status Gizi (X_3) dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (X_1). Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan kesegaran jasmani dan status gizi terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam.

Penelitian ini termasuk dalam penelitian *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam dan yang menjadi sampel ditetapkan dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 32 orang siswa. Untuk mendapatkan data penelitian kesegaran jasmani digunakan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI), data status gizi melalui Indeks Massa Tubuh (IMT) dan melalui hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Data yang diperoleh dianalisis dengan *product moment* sederhana, untuk melihat hubungan digunakan dengan metoda ganda *doolittle*.

Dari hasil penelitian diperoleh adalah hasil koefisien korelasi r hitung $> r$ tabel (hipotesis penelitian diterima) hasil penelitian ini membuktikan: (1). Terdapat hubungan yang signifikan antara Kesegaran Jasmani (X_2) dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (X_1) sebesar 39,6%. (2). Terdapat hubungan yang signifikan antara Status Gizi (X_3) dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (X_1) sebesar 23,8%. (3). Terdapat hubungan yang signifikan antara Kesegaran Jasmani (X_2) dan Status Gizi (X_3) terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (X_1) adalah sebesar 63,4%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Kesegaran Jasmani dan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam”.

Skripsi ini dibuat guna melengkapi salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Aryadie Adnan, M.Si sebagai pembimbing I, Dr. Wilda Welis, S.P., M.Kes sebagai pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Prof. Dr. Eri Barlian, M.Si, Dr. Ishak Aziz, M.Pd, Drs. Maidarman, M. Pd selaku para penguji.
3. Bapak Dr. Umar. AIFO, selaku ketua Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
5. Teristimewa kepada keluarga yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh personil SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Desember 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BABI PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Kegunaan Penelitian	8
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	9
1. Hasil Belajar.....	9
2. Kesegaran Jasmani	12
3. Status Gizi	17
B. Kerangka Konseptual.....	24
C. Hipotesis	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
C. Populasi dan Sampel	28
D. Jenis dan Sumber Data.....	30
E. Defenisi Operasional.....	31
F. Intrument Penelitian.....	31
G. Teknik Analisis Data.....	47

BAB IV PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	49
1. Kesegaran Jasmani (X2)	49
2. Status Gizi (X3).....	50
3. Hasil Belajar (X1)	52
B. Pengujian Persyaratan Analisis	54
C. Pengujian Hipotesis.....	55
D. Pembahasan.....	58

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	64
B. Saran.....	64

DAFTAR PUSTAKA	66
-----------------------------	----

LAMPIRAN	68
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi.....	29
2. Sampel.....	30
3. Penilaian TKJI Lari Cepat 60 Meter.....	37
4. Penilaian TKJI Gantung Angkat Tubuh (Kali).....	39
5. Penilaian TKJI Baring Duduk (Kali).....	41
6. Penilaian TKJI Loncat Tegak (Vertical Jump).....	43
7. Penilaian TKJI Lari 1200 Meter dan 1000 Meter Putri.....	46
8. Tim Pengumpul Data.....	46
9. Distribusi Frekuensi Data Kesegaran Jasmani (X_2).....	49
10. Distribusi Frekuensi Status Gizi (X_3).....	50
11. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (X_1).....	52
12. Rangkuman Uji Normalitas dari Masing-Masing Variabel Penelitian Dengan Uji <i>Lilliefors</i>	54
13. Rangkuman Hasil Analisis Uji Hipotesis Satu.....	55
14. Rangkuman Hasil Analisis Uji Hipotesis Dua.....	56
15. Rangkuman Hasil Analisis Uji Hipotesis Tiga.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Skema Kerangka Konseptual	26
2. Posisi Star Lari 60 m	36
3. Posisi Saat Melewati Garis Finish lari 1200 Meter dan 1000 Meter Putri	37
4. Bentuk pelaksanaan <i>Pull Up</i>	39
5. Test vertical jump	43
6. Pengarahan Peneliti kepada Sampel Sebelum Penelitian	83
7. Pengisian Data Sampel	83
8. Pelaksanaan Lari 60 Meter	84
9. Pelaksanaan Lari 60 Meter	84
10. Pelaksanaan Tes <i>Pull-Up</i>	85
11. Pelaksanaan Pengukuran Tes <i>Pull-Up</i>	85
12. Pelaksanaan Tes <i>Sit-Up</i> Selama 60 Detik	86
13. Pelaksanaan Tes <i>Vertical Jump</i>	86
14. Pelaksanaan Pengukuran Tes <i>Vertical Jump</i>	87
15. Pelaksanaan Pengukuran Status Gizi Melalui IMT (Pengukuran Tinggi Badan)	87
16. Pelaksanaan Pengukuran Status Gizi Melalui IMT (Pengukuran Berat Badan)	88
17. Pelaksanaan Pengukuran Lari 1200 Meter	88
18. Pelaksanaan Pengukuran Lari 1200 Meter	89
19. Alat-Alat Penelitian	89
20. Foto Bersama	90
21. Foto Bersama dengan Guru Olahraga Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam	90
22. Foto Bersama dengan Guru Olahraga Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam	91

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dikehidupan berbangsa dan bernegara, pendidikan memiliki peranan penting, yaitu menjamin kelangsungan kehidupan dan perkembangan bangsa. Pendidikan merupakan salah satu bidang yang diprioritaskan dalam pembangunan nasional karena akan mewujudkan cita-cita dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Hal ini tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (2003:3) pasal 1 yaitu:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara.

Berdasarkan penjelasan tersebut tujuan pendidikan adalah untuk mengembangkan potensi anak didik. Mengembangkan potensi anak didik dapat dilakukan melalui pelayanan pendidikan yang dimulai dari dasar sampai perguruan tinggi. Keseluruhan proses pendidikan pembelajaran merupakan bagian penting. Berhasil atau tidaknya proses pendidikan tergantung pada bagaimana proses belajar terjadi di sekolah.

Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, Sekolah Menengah Atas (SMA) yang merupakan bagian dari sistem pendidikan formal, melaksanakan kegiatan pembelajaran melalui seperangkat mata pelajaran, yang berpedoman di dalam tujuan umum Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) 2006 yaitu meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, serta

keterampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut. belajar terjadi di sekolah.

Salah satu indikator standar mutu pendidikan yang terukur adalah hasil belajar siswa. Disamping itu, untuk menilai pencapaian hasil belajar siswa, satuan pendidikan harus menetapkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Penetapan Kriteria Ketuntasan Minimal belajar merupakan tahapan awal pelaksanaan penilaian proses pembelajaran dan penilaian hasil belajar. Dimiyati (2006:200), menjelaskan “hasil belajar adalah tingkat keberhasilan yang dicapai oleh siswa setelah mengikuti suatu kegiatan pembelajaran, dimana tingkat keberhasilan tersebut ditandai dengan skala nilai berupa huruf, kata atau simbol”.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada tanggal 12 Januari 2015 di SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam terlihat bahwa dalam proses pembelajaran penjasorkes di SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam, ternyata hasil belajar siswa putri XI IPA masih rendah dan masih belum mencapai target yang telah ditentukan untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes). Kriteria ketuntasan minimum (KKM) adalah 7,5. Dapat kita lihat dari tabel dibawah ini yaitu:

No	Kelas	Rata-rata Kelas	Jumlah siswa	Jumlah Siswa	
				< 7,5	≥ 7,5
1.	XI. IPA 1	74.36	30	19	11
2.	XI. IPA 2	74.03	28	19	9
3.	XI. IPA 3	74.48	31	21	10

Sumber: Nilai Rapor dari guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes)

Berdasarkan tabel diatas tergambar bahwa hasil belajar siswa putra XI. IPA masih belum optimal, karena masih ada yang berada dibawah Standar Ketuntasan

dan belum mencapai KKM. Dari 89 siswa masih ada sekitar 59 orang siswa yang hasil belajarnya masih belum mencapai batas KKM. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor.

Dapat dilihat faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, menurut Pengembang MKDP (2013:140) yaitu:

Faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa, terdiri atas faktor fisiologis atau jasmani berupa struktur tubuh, cacat tubuh, faktor psikologis, intelegensi, bakat, sikap, minat, kebiasaan, motivasi, kebutuhan, kesehatan, dan kesehatan jasmani. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa terdiri dari lingkungan sekolah, sarana prasarana, teman, keluarga, guru, masyarakat, faktor budaya, dan faktor lingkungan.

Dari faktor-faktor yang sudah di jelaskan, perlu di lihat faktor mana yang lebih dominan mempengaruhi hasil belajar siswa. Berdasarkan pengamatan peneliti pada tanggal 12 Januari 2015 di SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam, tentang masih banyaknya siswa putra XI IPA yang hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan mereka masih rendah, di duga oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal yaitu kurangnya kesehatan atau kebugaran jasmani siswa, dan keadaan kesehatan gizi tubuh masih kurang. Ditandai dengan masih banyak siswa putra yang kurang terampil dalam bergerak, dapat dikatakan gerak mereka lamban atau terkesan kurang kreatif, cepat lelah, malas, dan tidak ada semangat, sedangkan kesehatan gizi masih kurang baik ditandai dengan masih banyaknya siswa putra yang sering sakit, kurang menghasilkan energi atau tenaga, produktivitas saat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat lemah. Menurut Irianto (2007:2) kebugaran jasmani adalah “kemampuan

seseorang melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa timbul kelelahan yang berlebihan sehingga masih dapat menikmati waktu luangnya”.

Pembinaan kesegaran jasmani siswa SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam pada dasarnya mengacu pada Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI). Untuk itu pelaksanaannya dilakukan secara sistematis dan terpadu, meliputi pembinaan kesegaran jasmani, postur tubuh, dan ketangkasan jasmani. Untuk mendapatkan hasil belajar yang baik terutama dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) kesegaran jasmani harus disiapkan dengan baik, karena dapat disimpulkan seseorang yang baik tingkat kesegaran jasmaninya berarti tubuhnya kebal terhadap semua penyakit keturunan dan penyakit yang sedang menjangkit di sekitar lingkungannya, disamping itu juga ditentukan oleh faktor makanan, gizi yang baik, istirahat, rekreasi, dan aktifitas fisik.

Mengacu pada faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar yang telah diduga sebagaimana yang telah diuraikan di atas, dapat dilihat rendahnya hasil belajar siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan jasmani (penjasorkes) juga dipengaruhi oleh keadaan status gizi yang baik.

Sesuai dengan tujuan pendidikan adalah mengembangkan potensi, di dalam mengembangkan potensi siswa dituntut agar dapat memelihara kehidupan, pertumbuhan, dan menjaga kesehatan tubuh agar tetap prima dan berenergi. Karena tanpa kesehatan tubuh dan energi yang prima seorang siswa tidak akan mampu mencapai hasil belajar yang baik dan memuaskan.

Dari uraian diatas, pemeliharaan kesehatan tubuh agar tetap berenergi sangat mempengaruhi hasil belajar siswa dalam pelajaran Pendidikan Jasmani

Olaharaga dan Kesehatan. Suhardjo (2008:87) menyatakan bahwa “kekurangan energi dapat menyebabkan anak-anak tersebut lemah, pertumbuhan jasmani terlambat, dan perkembangan selanjutnya terganggu”. Hanya orang-orang yang mampu memiliki kesehatan tubuh dan energi yang prima yang akan mampu melakukan tugas-tugas gerakan dengan baik,yang pada akhirnya akan menghasilkan hasil belajar yang baik.

Dalam visi dan misi SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam merupakan sekolah menengah yang betujuan membentuk siswa yang berprestasi, membentuk siswa yang sehat, menumbuhkan sportifitas, dan meningkatkan hasil belajar sesuai dengan yang diharapkan,. Untuk mencapai tujuan tersebut siswa harus menguasai kompetensi, penguasaan kompetensi tentu di tunjang oleh berbagai macam pelajaran, salah satunya adalah belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes). Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) adalah salah satu pelajaran yang wajib di pelajari di sekolah. Pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) ini siswa dituntut untuk menguasai pelajaran baik materi maupun prakteknya sesuai dengan kurikulum yang di tentukan sekolah. Penguasaan materi maupun praktek bisa di lihat dari hasil belajar siswa, untuk meningkatkan hasil belajar materi maupun praktek hendaknya di dorong dengan kebugaran jasmani yang baik, dan status gizi yang baik.

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, maka penulis tertarik melakukan suatu penelitian yang berkaitan dengan rendahnya hasil belajar siswa putra XI. IPA dalam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

(penjasorkes). Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Hubungan Kesegaran Jasmani dan status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Putra Kelas XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Masih rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam
2. Masih belum optimalnya faktor internal yang terdiri dari faktor fisiologis atau jasmani berupa struktur tubuh, cacat tubuh, faktor psikologis, inteligensi, bakat, sikap, minat, kebiasaan, motivasi, kebutuhan, kesehatan, dan kesehatan jasmani pada siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam
3. Masih belum optimalnya faktor eksternal yang terdiri dari lingkungan sekolah, sarana prasarana, teman, keluarga, guru, masyarakat, faktor budaya, dan faktor lingkungan.
4. Masih rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam.
5. Masih belum memadainya status gizi siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa Putra XI. IPA SMA negeri 1 Baso Kabupaten Agam dalam pelajaran Pendidikan

Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) karena keterbatasan waktu, pengetahuan tenaga dan referensi yang ada, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini yakni:

1. Hubungan kesegaran jasmani dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam
2. Hubungan status gizi dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam
3. Hubungan kesegaran jasmani, status gizi secara bersama-sama dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam

D. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA di SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani, status gizi secara bersama-sama dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui hubungan Kesegaran Jasmani dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam.
2. Mengetahui hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) dengan siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam.
3. Mengetahui hubungan antara Kesegaran Jasmani, Status Gizi secara bersama-sama dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) siswa putra XI. IPA SMA Negeri 1 Baso Kabupaten Agam.

F. Kegunaan Penelitian

1. Bagi peneliti, dengan adanya penelitian ini akan menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman tersendiri dalam penelitian ini.
2. Bagi mahasiswa sebagai salah satu bahan acuan untuk kegiatan penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas lagi.
3. Sebagai bahan masukan bagi siswa supaya lebih memperhatikan gizi terhadap pembelajaran Penjasorkes.
4. Sebagai bahan acuan bagi orang tua untuk dapat memberikan makanan yang bergizi bagi anak-anaknya.
5. Sebagai bahan referensi perpustakaan khususnya perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.