

**STUDI TENTANG TINGKAT STATUS GIZI PADA SISWA SD NEGERI 04
KAMPUNG MANGGIS PADANG PANJANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu
persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**FATHIA RESTY
NIM. 14828**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

ABSTRAK

Fathia Resty, 14828 : **Studi Tentang Tingkat Status Gizi Pada Siswa SD Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang**

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi yang penulis temui di lapangan ternyata tingkat status gizi siswa SD Negeri 04 Kampung Manggis masih rendah. Banyak faktor yang mempengaruhi yang mempengaruhi status gizi antara lain status ekonomi orang tua dan kondisi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat status gizi Siswa SD Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SD 04 Kampung Manggis Padang Panjang sebanyak 146 Orang. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V sebanyak 46 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengambilan data penelitian ini adalah dengan tes status gizi yang dilakukan secara langsung dengan pengukuran antropometri. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis persentase ($P=f/n \times 100\%$).

Hasil penelitian berdasarkan analisis data maka tingkat status gizi siswa SD Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang berada dalam kategori kurang dengan persentase 71,74%. Perlu ditingkatkan dengan dukungan orang tua dan pengetahuan dari sekolah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah diucapkan kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, yang telah memberikan kekuatan dan kemampuan untuk dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Studi Tentang Tingkat Status Gizi Pada Siswa SD Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang”. Selanjutnya syalawat beserta salam semoga disampaikan Allah kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan dalam setiap sikap dan tindakan kita sebagai seorang intelektual muslim. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan (S-1/Akta IV) di jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, maka dari itu penulis mengharapkan saran dan kritikan yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Prof. Phil. Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri.

4. Drs. Willadi Rasyid, M.Pd dan Drs.Yulifri, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.
5. Dra. Darni, M.Pd, Dra. Zainul Johor, M.Pd dan Drs. Edwarsyah, M.Kes, selaku tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kedua orang tuaku tercinta yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Rekan-rekan Mahasiswa FIK UNP, khususnya PGSD Penjas angkatan 2009.

Akhir kata penulis mengahrapkan semoga skripsi ini dapat dapat bernmanfaat bagi pembaca dan semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunianya kepada kita.Amin.

Padang, Januari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR TABEL | vi |
| DAFTAR GAMBAR | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN | viii |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 5 |
| C. Pembatasan Masalah | 5 |
| D. Rumusan Masalah | 5 |
| E. Tujuan Penelitian | 6 |
| F. Manfaat Penelitian | 6 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | |
| A. Kajian Teori | 8 |
| 1. Hakikat Status Gizi | 8 |
| 2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi..... | 9 |
| 3. Penyebab Kekurangan Gizi | 11 |
| 4. Kecukupan Gizi..... | 13 |
| B. Kerangka Konseptual | 18 |
| C. Pertanyaan Penelitian | 20 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | |
| A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian | 21 |
| B. Populasi dan Sampel | 21 |
| C. Jenis dan Sumber Data | 23 |
| D. Definisi Operasional..... | 24 |
| E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data..... | 24 |
| F. Teknik Analisa Data..... | 26 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|------------------------------------|----|
| Deskripsi Data | 27 |
| Jawaban Pertanyaan Penelitian..... | 28 |
| Pembahasan..... | 29 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|------------------|----|
| Kesimpulan | 31 |
| Saran | 31 |

| | |
|----------------------------|-----------|
| DAFTAR PUSTAKA..... | 32 |
|----------------------------|-----------|

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|---------|
| 1. Daftar Angka Kecukupan Gizi Rata-Rata Yang Dianjurkan (Perorangan Perhari)..... | 11 |
| 2. Gizi yang Dianjurkan Untuk Indonesia..... | 17 |
| 3. Populasi..... | 22 |
| 4. Sampel..... | 23 |
| 5. Penilaian Status Gizi Berasal BB/TB | 25 |
| 6. Distribusi Frekuensi Status Gizi..... | 27 |

DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|---|---------|
| 1. Kerangka Konseptual..... | 19 |
| 2. Histogram Hasil Data Status Gizi | 28 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|--|---------|
| 1. Rekap Data Penelitian..... | 33 |
| 2. Distribusi frekuensi status gizi | 34 |
| 3. Dokumentasi Penelitian..... | 35 |
| 4. Surat Izin Penelitian dari FIK UNP..... | 36 |
| 5. Surat Izin Penelitian dari Pemerintah Kota Padang Panjang | 37 |
| 6. Surat Izin Penelitian dari SD Negeri 04 Kampung Manggis padang panjang | 38 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses pembelajaran di segala jenjang dan jenis pendidikan pada intinya bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia di berbagai aspek. Dalam Undang-Undang No 20 (2003:7) tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) dinyatakan bahwa Pendidikan Nasional bertujuan untuk “berkembangnya potensi peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa tujuan pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional tersebut salah satunya adalah melalui pendidikan di Sekolah Dasar dengan mengikuti proses belajar selama enam tahun. Diantara pendidikan yang harus diajarkan pada peserta didik adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat pendidikan Dasar dan Menengah kurikulum 2006 antara lain difokuskan pada, “Pengembangan aspek kebugaran dan kesegaran jasmani dan keterampilan gerak”.

Berdasarkan kutipan di atas, dalam pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di atas dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak merupakan komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Dengan adanya ke dua aspek ini (aspek kebugaran dan keterampilan gerak), maka siswa akan bersemangat dalam melaksanakan aktifitas olahraga di sekolah. Selanjutnya Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BNSP, 2007:296) mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan untuk:

Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olah raga yang terpilih, meningkatkan pertumbuhan fisik, keterampilan gerak dasar, memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, keterampilan, serta memiliki sikap yang positif.

Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa betapa pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut bagi peserta didik, terutama sekali adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik dalam berbagai keterampilan olahraga yang digemarinya dan mampu memelihara kesegaran jasmani dan menanamkan pola hidup sehat serta nilai-nilai seperti sportifitas, bekerjasama.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan juga penting untuk mengembangkan dan meningkatkan berbagai keterampilan gerak dan olahraga, ilmu pengetahuan, kesehatan, sikap (pembentukan sosial), yang juga menuju kepada keselarasan antara tubuhnya badan dan perkembangan jiwa, dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat dan kuat lahir dan bathin, diberikan kepada segala jenis sekolah. Di samping itu tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan tersebut juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa dan pembinaan pola hidup sehat dan gizi siswa.

Tingkat status gizi sangat berpengaruh terhadap kreatifitas seseorang.

Menurut Khumadi (1994:6) status gizi adalah:

“Status Gizi adalah keadaan seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat-zat gizi dari makanan dalam jangka waktu yang lama. Bobot (berat) adalah salah satu parameter penting dalam menentukan status kesehatan manusia, khususnya yang berhubungan dengan status gizi. Untuk semua kelompok umur, jenis kelamin, keadaan gizi sehat terletak pada selang angka yang menggambarkan tiga macam penampilan fisik, yaitu: gemuk, ideal, dan kurus. Apabila lebih tinggi dari batas gemuk tidak termasuk dalam status gizi sehat dan digolongkan sebagai status gizi lebih (Obesitas). Lebih rendah dari batas angka kurus juga tidak termasuk status gizi sehat dan digolongkan sebagai keadaan gizi kurang”.

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa status gizi adalah keadaan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan mengkonsumsi zat-zat makanan dalam waktu yang lama. Parameter penting dalam menentukan status gizi ini adalah bobot atau berat badan yang dimiliki seseorang.

Berdasarkan observasi yang ditemukan di lapangan bahwa siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang masih memiliki tingkat status gizi yang rendah. Hal ini dapat dilihat masih banyak siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang yang tidak semangat mengikuti proses pembelajaran, tidak terlaksana dengan semestinya.

Hal ini dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, pengalaman tentang gizi, ketersediaan pangan, aktivitas, kebiasaan makanan dan tingkat pendapatan serta faktor status ekonomi orang tua mereka yang lemah (dibawah standar) yang pada umumnya bermata pencaharian sebagai petani.

sehingga orang tua tidak mampu untuk memenuhi, mencukupi dan mewujudkan kebutuhan gizi yang optimal untuk anak-anaknya terutama kebutuhan gizi yang diperlukan dalam masa pertumbuhan mereka, sehingga hal ini berpengaruh cukup besar terhadap hasil belajar anak di sekolah.

Dari beberapa faktor yang diduga mempengaruhi tingkat status gizi siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang, maka kesempatan ini peneliti bermaksud meneliti dengan judul "Studi Tingkat Status Gizi siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat status gizi siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang.

1. Status ekonomi
2. Kondisi lingkungan
3. Pengalaman tentang gizi
4. Ketersediaan Pangan
5. Aktivitas
6. Kebiasaan Makanan
7. Tingkat Pendapatan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan waktu dan dana serta literatur yang tersedia maka, Pembatasan masalah dalam penelitian ini penulis batasi hanya yang berkenaan “Studi Tingkat Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:”Apakah siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang memiliki tingkat status gizi yang baik?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini sesuai dengan perumusan masalah di atas, yaitu untuk mengetahui: “Tingkat Status Gizi Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang

F. Kegunaan Penelitian

Dengan memperhatikan tujuan penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru Pendidikan jasmani (Penjas) sebagai informasi tentang status gizi siswa, agar dapat mengaplikasikannya ke dalam bentuk proses pembelajaran pendidikan kesehatan karena memiliki arti yang sangat penting bagi siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes.
3. Siswa-siswi Sekolah Dasar Negeri 04 Kampung Manggis Padang Panjang sebagai bahan masukan tentang pengertian dan pemahaman status gizi.
4. Mahasiswa sebagai bahan pedoman dan referensi untuk melakukan penelitian lanjutan dalam kajian yang sama secara mendalam.

