

**SKRIPSI**

**STATUS GIZI SISWA KELAS V PADA SEKOLAH DASAR NEGERI  
17 KAPENCONG KECAMATAN BAYANG  
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**OLEH:  
INANG WATI  
NIM. 17086503**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2020**

## ABSTRAK

### **Inang Wati (2020) : Status Gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan.**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya status gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan, lebih berakar masalah pada dugaan rendahnya status gizi, Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Status gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif untuk mengungkapkan tentang Status gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan. Teknik Pengambilan sampel adalah *Purposive Sampling* yaitu populasi yang ditunjuk untuk menjasi sampel penelitian. Sampel tersebut adalah seluruh Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan. Jumlah sampel sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan data dengan observasi dan melakukan pengukuran pada Indek Masa Tubuh (IMT) siswa yang terpilih sebagai sampel penelitian. Teknik analisis dalam penelitian ini adalah  $P=f/n \times 100\%$ .

Status Gizi Siswa Putra di temukan bahwa status gizi yang diolah melalui IMT dari 11 orang siswa pura adalah yang memiliki IMT gemuk sebanyak 1 orang 9,09%. Siswa yang berukuran normal 10 orang 99,01%. Sedangkan untuk ukuran IMT kurus tidak ada 0%. Status Gizi Siswa Putri di temukan bahwa status gizi yang diolah melalui IMT dari 9 orang siswa putri adalah yang memiliki IMT gemuk sebanyak 1 orang 11,1%. Siswa yang berukuran normal 8 orang 88,9. Sedangkan untuk ukuran IMT kurus tidak ada 0%.

**Kata Kunci = Status Gizi**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Judul** : Status Gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapengcong  
Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan

**Nama** : Inang Wati

**NIM** : 17086503

**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan dan Rekreasi

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Disetujui Oleh :

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

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

Padang, Februari 2020  
Pembimbing

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

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

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

**Judul** : Status Gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong  
Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan

**Nama** : Inang Wati

**NIM** : 17086503

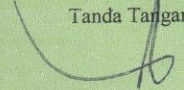
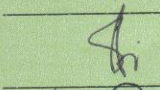
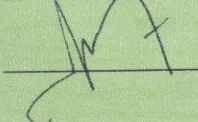
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan dan Rekreasi

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2020

**Tim Penguji**

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Zarwan, M.Kes	
2. Anggota	: Sepriadi, S.Si., M.Pd	
3. Anggota	: Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M.Pd	

## KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul ” **Tinjauan Pelaksanaan Kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah Di Madrasah Ibtidayah Negeri 7 Padang**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Setara Satu pada Jurusan Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materi maupun moril dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Sepriadi, S.Si., M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Dosen Pembimbing, yang tanpa kenal lelah dan kesabaran dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak/ Ibu Dosen mata kuliah yang memberikan ilmu dan nilai bagi penulis selama mengikuti proses pendidikan di Universitas Negeri Padang.

6. Selaku Dosen dan Staf Tata Usaha Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Suami tercinta, beserta seluruh keluarga penulis yang telah membantu memberikan semangat selama masa perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh sahabat- sahabat yang telah memberikan bantuan moril/ dan materil dalam penyelesaian proposal penelitian ini.

Semoga bantuan Pembimbing dan arahan yang diberikan kepada penulis menjadi ibadah disisi-Nya, dan mendapatkan balasan setimpal dari Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak, sehingga proposal penelitian ini bermanfaat bagi perkembangan pendidikan yang akan datang.

Padang, Februari 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x

### BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	4
F. Kegunaan Hasil Penelitian.....	4

### BAB II. TINJUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	6
1. Hakekat Gizi .....	6
2. Kecukupan Zat gizi .....	9
3. Faktor – faktor yang mempengaruhi status gizi.....	11
B. Kerangka Konseptual .....	14
C. Pertanyaan Penelitian .....	15

### BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian Tempat dan Waktu Penelitian .....	16
B. Populasi dan Sampel .....	16

C. Definisi Operasional .....	17
D. Jenis dan Sumber Data .....	17
E. Teknik dan alat Pengumpulan Data .....	18
F. Teknik Analisa Data.....	19
<b>BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskriptif Data .....	20
B. Analisis Data .....	20
C. Pembahasan.....	25
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	28
B. Saran.....	28
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>30</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian .....	16
2. Sampel Penelitian .....	17
3. Klasifikasi dan Skor IMT .....	19
4. IMT Putra .....	21
5. Distribusi IMT Putra.....	22
6. IMT Putri .....	23
7. Deskripsi IMT Putri.....	24

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual .....	15
2. Histogram Gizi Putra.....	22
3. Histogram Gizi Putri .....	24

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Data Mentah IMT Putra .....	31
2. Data Mentah IMT Putri .....	32
3. Surat Izin Penelitian FIK .....	33
4. Surat Keterangan dari Dinas.....	34
5. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Sekolah .....	35
6. Foto Penelitian .....	36

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Terjaganya kesegaran jasmani siswa dalam pembelajaran penjasorkes disekolah, maka dibutuhkan banyak faktor untuk menjaga kesehatan jasmani siswa salah satunya memperhatikan gizi siswa. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistim pendidikan, dengan aktifitas jasmani sebagai media pendidikan. Namun demikian, bukan berarti bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktifitas jasmani secara multilateral dikembangkan pula potensi kognitif dan afektif siswa. Tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menurut Depdiknas (2003 : 155), agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

"1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih. 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik yang dibantu dengan gizi yang baik. 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar. 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmani dan kesehatan. 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis. 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan. 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif"

Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan dengan melakukan analisis dokumenter terhadap Status gizi siswa Kelas V SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan pada semester I tahun ajaran 2019/2020, belumlah dapat dikatakan dalam keadaan baik. Untuk itu di perlukan adanya peranan dari orang tua dalam mengatur gizi siswa, perhatian sekolah dan guru di sekolah dalam memperhatikan gizi siswa. Status gizi siswa yang berada dalam keadaan baik dapat dilihat dari bentuk berat badan siswa yang ideal, semangat siswa yang tinggi, siswa tidak gampang terjangkit penyakit. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa status gizi siswa Kelas V SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan, akan baik apabila keadaan berat siswa sesuai dengan idealnya.

Beberapa faktor yang penulis duga berhubungan dengan penyebab kurang baiknya Status gizi siswa, hal tersebut disebabkan karena, Latar belakang pendidikan orang tua, latar belakang ekonomi keluarga yang kurang mencukupi, Rendahnya motivasi belajar siswa dalam menjaga status gizi yang siswa rasakan., kurang tepat dan tidak bervariasi metode mengajar yang digunakan guru, kurang baiknya perencanaan program pengajaran yang disusun oleh guru, kurang efektifnya perumusan soal-soal atau evaluasi yang disusun oleh guru untuk mengungkapkan hasil belajar siswa.

Dari berbagai penyebab yang teridentifikasi di atas, permasalahan kurang optimalnya gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan tersebut di atas, lebih berakar masalah pada dugaan rendahnya status gizi. Beberapa fenomena yang teramati adalah : masih

rendahnya pengetahuan orang tua siswa tentang pentingnya asupan gizi bagi keberhasilan proses belajar anak, kurangnya dukungan ekonomi keluarga, kebiasaan makan anak (siswa) yang kurang baik atau tidak teratur, kegemaran siswa mengkonsumsi makanan cepat saji dalam susunan menu yang tidak seimbang, masih tingginya angka absensi/ketidakhadiran siswa belajar dengan alasan sakit, masih banyak siswa yang teramati kurang gairah belajar, mengantuk saat belajar di kelas, dan sebagainya.

Sesuai masalah yang dikemukakan di atas, yaitu kurang optimalnya hasil belajar siswa yang diduga berhubungan dengan penyebab rendahnya status gizi, maka perlu dilakukan suatu penelitian untuk mengetahui status gizi siswa Kelas V SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka banyak faktor- faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa Kelas V SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan sebagai berikut :

1. Status gizi
2. Cara / kebiasaan belajar.
3. Latar belakang pendidikan orang tua
4. Latar belakang ekonomi keluarga
5. Motivasi belajar siswa
6. Metode mengajar yang digunakan guru
7. Perencanaan program pengajaran yang di susun dan dilaksanakan oleh guru

8. Evaluasi yang disusun oleh guru
9. Hasil belajar

### **C. Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah penelitian ini adalah : Status gizi yang akan diungkapkan dalam pembelajaran penjasorkes siswa Kelas V SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan.

### **D. Perumusan Masalah**

Pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka perumusan masalah yang diajukan adalah :Bagaimanakah status gizi Siswa Kelas V Pada SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan.

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

Tujuan penelitian ini sesuai dengan rumusan masalah di atas adalah untuk mengetahui Status gizi siswa Kelas V SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini :

1. Bagi kepala sekolah, Sebagai bahan masukan untuk pertimbangan dalam upaya memperbaiki hasil belajar siswa Kelas V SD Negeri 17 Kapencong Kec. Bayang Kab. Pesisir Selatan.
2. Bagi orang tua siswa, Sebagai bahan masukan untuk peningkatan status gizi anak, agar anak tetap dalam kondisi kesehatan yang baik untuk melaksanakan proses belajar mengajar

3. Bagi penulis merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.
4. Bagi Perpustakaan FIK UNP, Sebagai bahan referensi dan pengembangan khasanah Penelitian Pendidikan
5. Bagi peneliti berikutnya, sebagai bahan penelitian untuk membahas aspek-aspek lain yang berhubungan dengan hasil belajar yang belum diungkapkan dalam penelitian ini.