

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR  
PENDIDIKAN JASMANI DI SD NEGERI 19 PASAMAN  
KABUPATEN PASAMAN BARAT**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi jurusan Pendidikan olahraga  
Sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana  
Pendidikan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negri Padang



OLEH:  
ERLINDA  
08499

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGRI PADANG  
2011**

**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR**  
**PENDIDIKAN JASMANI DI SD NEGERI 19 PASAMAN**  
**KABUPATEN PASAMAN BARAT**

Nama : ERLINDA  
Nim /BP : 08499/2008  
Program Studi : Pendidikan Jasmai Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Febcruari 2011

Disetujui oleh

Pembimbing I

Pembimbing II

**Drs.Yulifri, M.Pd**  
**NIP.195907051985031002**

**Drs. Williadi Rasyid, M.Pd**  
**NIP. 195911211986021006**

Mengetahui  
Ketua Jurusan

**Drs. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO**  
**NIP. 196205201987031002**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi  
Universitan Negeri Padang**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR  
PENDIDIKAN JASMANI DI SD NEGERI 19 PASAMAN  
KABUPATEN PASAMAN BARAT**

Nama : ERLINDA  
Nim : 08499  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2011

**Tim Penguji**

1. Ketua : Drs. Yulfitri , M.Pd .....
2. Sekretaris : Drs. Williadi Rasyid, M.Pd .....
3. Anggota : Drs, Nirwandi, M.Pd .....
4. Anggota : Drs. Edwarsah, M.Kes .....
5. Anggota : Drs. Hedri Neldi, M.Kes.AIFO .....

## ABSTRAK

ERLINDA. 2011 : Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani  
Di SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat

Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat belum mencapai hasil yang maksimal disebabkan oleh beberapa factor internal dan eksternal. Salah satu factor internal yang mempengaruhi hasil belajar tersebut adalah status gizi dengan hasil belajar pendidikan jasmani di SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat.

Sampel penelitian ini adalah murid kelas V dan VI yang berjumlah 52 orang dengan teknik pengambilan sample adalah purposive sampling. Pengumpulan data penelitian status gizi didapat dari data hasil belajar yang diambil dari nilai rapor semester II tahun ajaran 2009/2010. Hasil analisis penelitian dua status gizi murid SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat menunjukkan 12 orang (23,07%) memiliki status gizi baik, 10 orang (19,23 %) memiliki status gizi sedang, 16 orang (30,76%) memiliki status gizi kurang dan 14 orang (26,94%) memiliki status gizi buruk. Hasil belajar pendidikan jasmani 52 orang menunjuk 18 orang (34,62%) dikategorikan memiliki hasil belajar baik dengan memperoleh nilai 8 sedangkan 34 orang (65,38%) lainnya dikategorikan memiliki hasil belajar cukup dengan memperoleh nilai 7. Hasil pengujian hipotesis masing-masing menunjukkan : 1. tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi baik dengan hasil belajar pendidikan jasmani, 2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi sedang dengan hasil belajar pendidikan jasmani, 3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi kurang dengan hasil belajar pendidikan jasmani, 4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi buruk dengan hasil belajar pendidikan jasmani

Kata kunci : Status Gizi, Hasil Belajar Pendidikan jasmani

## **ABSTRAK**

### **Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman**

**OLEH : ERLINDA./ 2011 :**

Tujuan dari Penelitian ini adalah untuk mengetahui status Gizi siswa SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat, untuk mengetahui Hasil Belajar siswa SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat dan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani siswa SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat.

Sampel penelitian ini adalah murid kelas V dan VI yang berjumlah 52 orang dengan teknik pengambilan sampel adalah Purposive Sampling. Pengumpulan data penelitian status gizi didapat dari data yang telah ada dan data hasil belajar diambil dari nilai rapor semester II tahun ajaran 2009/2010.

Hasil analisis penelitian data status gizi murid SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat menunjukkan 12 orang (23,07%) memiliki status gizi baik, 10 orang (19,23%) menunjukkan status gizi sedang, 16 orang (30,76%) memiliki status gizi kurang dan 14 orang (26,94%) memiliki status gizi buruk. Hasil pendidikan jasmani 52 orang menunjukkan 18 orang (34,62 %) dikategorikan memiliki hasil belajar baik dengan perolehan nilai 8, sedangkan 34 orang (65,38%) lainnya dikategorikan memiliki hasil belajar cukup dengan memperoleh nilai 7. Hasil uji hipotesis masing-masing menunjukkan: 1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi baik dengan hasil belajar pendidikan jasmani, 2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi sedang dengan hasil belajar pendidikan jasmani, 3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi kurang dengan hasil belajar pendidikan jasmani, 4. tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi buruk dengan hasil belajar pendidikan jasmani.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur Penulis ucapkan pada Allah SWT, karena berkat dan hidayah-Nya Penulis dapat menyelesaikan Penulisan skripsi ini. Adapun judul dari skripsi ini adalah Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasamani Di SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk Bahan masukan bagi guru sekolah dan instansi yang terkait dalam memberikan pelajaran di sekolah. Langkah awal bagi peneliti dalam mengembangkan diri di bidang penelitian dan sebagai salah satu syarat bagi Penulis dalam menyelesaikan studi strata Satu, bahan masukan untuk peneliti lain untuk penelitian selanjutnya. Untuk memberikan sumbangan pikiran dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, memenuhi salah satu syarat melengkapi tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeritas Negri Padang.

Skripsi ini dipaparkan kedalam beberapa Bab, yaitu Bab I berupa Latar Belakang Masalah, Identifikasi Masalah, Pembatasan Masalah, Perumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian. Bab II terdapat kajian teori Status gizi, Hasil Belajar, Evaluasi Hasil Belajar, Kerangka konseptual, Hipotesis. Bab III berisi metedologi penelitian, jenis penelitian, tempat dan waktu penelitian, populasi dan sample, defenisi operasional, instrument penelitan, Teknik pengumpulan data dan teknik analisis data, pembahasan. Bab IV yang berisi kesimpulan dan saran.

Dalam penyelesaian skripsi ini Penulis banyak mendapat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini Penulis ingin mengucapkan kepada semua pihak yang telah membantu dalam Penulisan skripsi ini.

Hanya do'a yang dapat Penulis berikan, semoga segala bantuan yang diberikan kepada Penulis dibalas dan dinilai sebagai amal ibadah disisi Allah SWT hendaknya. Penulis menyadari bahwa Penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Penulisan skripsi ini.

Padang, Februari 2011

Penulis

## UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan petunjuknya , sehingga Penulis dapat menyelesaikan seluruh proses studi di FIK ini. Begitu banyak bantuan yang Penulis terima selama menyelesaikan pendidikan program sarjana Pendidikan Olahraga FIK UNP. Oleh karena itu pada kesempatan ini Penulis ingin menyampaikan hormat, penghargaan dan ucapan terima kasih.

Terimakasih yang sedalam-dalamnya buat Ayahhanda (Salmasri), yang begitu banyak berkorban memberikan segalanya baik moril maupun materil dengan setulus hatimu, serta memberikan semangat untuk berusaha dalam penyelesaian skripsi ini. Juga buat Umak (Elyeni) yang banyak memberi nasehat , motivasi, kasih sayang dan semangat. Juga buat kakak (risa), Adek (eki dan ipen ) yang senantiasa memberi semangat dan selalu memotivasi Penulis , dan terimakasih juga buat keluarga besarku.

Terimakasih juga buat yang setulus-tulusnya buat suamiku (Rudi) yang selama ini memberiku semangat dan mengingatkanku saat aku lengah, yang selalu membimbingku siang dan malam. Terimakasih buat Anak Ibu tersayang (Azura) yang selalu ibu tinggalkan , yang selalu mebuat ibu tegar dalam menyelesaikan skripsi ini.

Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs.H. Syahril Bakhtiar, M.Pd selaku Dekan FIK UNP atas motivasi dan nasehatnya, serta memberikan kesempatan kepada Penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
2. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd sebagai pembimbing I yang telah membimbing Penulis dengan tulus dan sabar, memberikan waktu, , tenaga, fikiran,serta motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.



3. Bapak Drs. Willadi Rasyid, M. Pd sebagai pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan, arahan, semangat, serta telah meluangkan waktu untuk membimbing Penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Mega Iswari, M.Pd yang telah banyak memberikan masukan saran dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Drs. Nirwandi, M.Pd yang telah memberikan banyak saran, bimbingan, arahan demi kesempurnaan Penulisan skripsi ini
6. Bapak Drs. Edwarsyah, M.Pd yang telah memberikan saran dan masukan kepada Penulis dalam kesempurnaan Penulisan skripsi ini.
7. Seluruh staff dosen yang tidak tertuliskan namanya disini, tidak ada maksud Penulis untuk mebeda-bedakannya dengan yang lain, yang selalu ramah, dan siap membantu Penulis dalam menyelesaikan studi dan terimakasih atas semua ilmu yang diberikan
8. Seluruh karyawan FIK UNP yang banyak berperan serta membantu Penulis dalam penyelesaian studi di Pendidikan olahraga di FIK UNP
9. Kepala Sekolah SDN 19 Pasaman Buk Syofranisda , A.Md.Pd “makasih buk atas kesempatannya melaksanakan penelitian di sekolah yang ibuk bina, makasih atas waktu dan saran ibuk, guru kelas dan juga kepada seluruh Keluarga besar SDN 19 Pasaman yang telah banyak memberikan saran dan semangat kepada Penulis. Tidak terkecuali kepada siswa-siswi SDN 19 Pasaman.
10. Teman-teman seperjuangan yang sama-sama melangkah dan terus semangat dan selalu saling memberi motivasi juga kepada teman-teman lokal A, B dan

C. Terimakasih atas semangat dan bantuan dan kebersamaan yang senantiasa memberikan semangat dan canda tawa.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati semoga apa yang diberikan kepada penulis menjadi amal yang akan dibalas dengan pahala yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Amin ya Rabbal'alamin.....

Padang, Februari 2011

Penulis

## ABSTRAK

### **Penerapan Model Pembelajaran *Learning Cycle* untuk Meningkatkan penalaran Hasil Belajar Matematika Siswa SMPN 8 Padang Di Kelas VII RSBI Tahun Pelajaran 2009/2010**

**OLEH : Mira susanti /2011**

Tujuan penelitian ini Mengetahui hasil belajar matematika siswa setelah diterapkan strategi pembelajaran *Learning Cycle* lebih baik dari pada hasil belajar matematika siswa yang menggunakan pembelajaran biasa dan untuk mengetahui penalaran matematika siswa setelah diterapkan strategi pembelajaran *Learning Cycle* lebih baik dari hasil belajar matematika siswa yang menggunakan pembelajaran biasa.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah penalaran matematika siswa dengan menggunakan strategi pembelajaran *Learning Cycle* lebih baik dari pada penalaran matematika siswa yang menggunakan pembelajaran biasa? Dan Apakah hasil belajar siswa dengan menggunakan strategi pembelajaran *Learning Cycle* lebih baik dari pada hasil belajar matematika siswa yang menggunakan pembelajaran biasa?.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan model rancangan *randomize control group only desing* Populasi penelitian adalah siswa kelas VIIE, VIIF, VIIG SMPN 8 padang yang terdaftar tahun ajaran 2009/2010 yaitu sebanyak 72 siswa. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah sampel acak sederhana. Dalam penelitian ini, sampel yang terpilih adalah kelas VII F sebagai kelas eksperiment dan VIIG sebagai kelas control. Data tentang penalaran siswa selama proses pembelajaran diperoleh melalui lembar kerja siswa. Data tentang hasil belajar siswa diperoleh dengan tes hasil belajar berupa soal essay sebanyak 6 butir soal. Data tersebut dibandingkan dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan oleh guru matematika SMPN 8 Padang yaitu 75 dan dilakukan pengujian hipotesis. Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa penalaran siswa dari setiap pertemuan cenderung mengalami peningkatan.dan dari hasil analisis hipotesis hasil belajar siswa dengan menggunakan strategi *learning cycle* lebih tinggi dari pada hasil belajar siswa yang menggunakan pembelajaran biasa

## DAFTAR ISI

|                                          | <b>Halaman</b> |
|------------------------------------------|----------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                     | <b>i</b>       |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                   | <b>ii</b>      |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                | <b>iv</b>      |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>              | <b>v</b>       |
| <br><b>BAB I PENDAHULUAN</b>             |                |
| A. Latar Belakang Masalah.....           | 1              |
| B. Identifikasi Masalah .....            | 5              |
| C. Pembatasan Masalah .....              | 5              |
| D. Rumusan Masalah .....                 | 5              |
| E. Hipotesis.....                        | 6              |
| F. Pertanyaan penelitian .....           | 6              |
| G. Tujuan Penelitian .....               | 7              |
| H. Kegunaan Penelitian.....              | 7              |
| <br><b>BAB II LANDASAN TEORI</b>         |                |
| A. Kajian Teori....                      | 8              |
| 1. Pembelajaran Matematika.....          | 8              |
| 2. Strategi <i>learning cycle</i> .....  | 9              |
| 3. Hasil Belajar.....                    | 15             |
| 4. Penalaran .....                       | 16             |
| B. Penelitian Relevan .....              | 19             |
| C. Kerangka Konseptual .....             | 19             |
| <br><b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> |                |
| A. Jenis Penelitian.....                 | 21             |
| B. Rancangan Penelitian .....            | 21             |
| C. Populasi dan Sampel .....             | 22             |
| D. Variabel dan Data .....               | 24             |
| E. Prosedur Penelitian .....             | 25             |
| F. Instrumen Penelitian .....            | 29             |

|                                               |           |
|-----------------------------------------------|-----------|
| G. Teknik Analisis Data .....                 | 35        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> |           |
| A. Hasil Penelitian .....                     | 40        |
| 1. Deskripsi data.....                        | 40        |
| 2. Analisis Data.....                         | 42        |
| B. Pembahasan.....                            | 45        |
| <b>BAB V PENUTUP</b>                          |           |
| A. Kesimpulan .....                           | 51        |
| B. Saran .....                                | 51        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                    | <b>52</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                          | <b>53</b> |

## DAFTAR TABEL

| Tabel                                                                                                                            | Halaman |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Persentase Ketuntasan Hasil Belajar Siswa pada Ulangan harian II<br>Mata Pelajaran Matematika Tahun Pelajaran 2008/2009 ..... | 3       |
| 2. Rancangan Penelitian.....                                                                                                     | 21      |
| 3. Jumlah Siswa Kelas VII IA SMPN 8 Padang Tahun Pelajaran<br>2009/2010 .....                                                    | 22      |
| 4. Waktu Pelaksanaan Penelitian .....                                                                                            | 26      |
| 5. Kriteria Indeks Kesukaran Soal .....                                                                                          | 31      |
| 6. Nilai LKS Siswa kelas eksperimen.....                                                                                         | 40      |
| 7. Nilai LKS siswa kelas kontrol .....                                                                                           | 41      |
| 8. Hasil analisis data test akhir.....                                                                                           | 41      |

## DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran                                             | Halaman |
|------------------------------------------------------|---------|
| 1. Distribusi nilai ulangan harian II populasi.....  | 53      |
| 2. Uji normalitas kelas populasi.....                | 54      |
| 3. Uji homogenitas variansi populasi.....            | 56      |
| 4. Uji normalitas rat-rat populasi .....             | 57      |
| 5. Daftar nama kelompok.....                         | 58      |
| 6. Lesson plan .....                                 | 59      |
| 7. Students worsheet learning cycle.....             | 76      |
| 8. Kisi-kisi tes hasil belajar .....                 | 96      |
| 9. Soal tes hasil belajar.....                       | 97      |
| 10. Tabulasi proporsi jawaban soal uji coba.....     | 99      |
| 11. Perhitungan indeks kesukaran soal uji coba ..... | 100     |
| 12. Tabel hasil analisis soal uji boba .....         | 104     |
| 13. Perhitungan realiabilitas soal uji coba .....    | 105     |
| 14. Nsoal test akhir .....                           | 107     |
| 15. Nilai test hasil belajar kelas sampel .....      | 108     |
| 16. Uji Normalitas kelas sampel .....                | 110     |
| 17. Uji homogenitas variansi kelas sampel.....       | 156     |
| 18. Uji hipotesis kelas sampel.....                  | 112     |
| 19. Nilai LKS kelas eksperimen .....                 | 113     |
| 20. Nilai LKS kelas kontrol .....                    | 114     |
| 21. Tabel ideks pembeda butir soal.....              | 115     |
| 22. Soal-soal penalaran .....                        | 116     |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Dalam rangka meningkatkan sumber daya Indonesia seutuhnya berbagai usaha telah dilakukan oleh pemerintah, salah satunya dalam bidang pendidikan . Sesuai dengan Undang-Undang RI tahun 2003 pasal 1 ayat 1 yang berbunyi ‘;

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

Berdasarkan kutipan diatas jelas terlihat bahwa pendidikan sangatlah penting dalam mewujudkan cita-cita bangsa . Salah satu mata pelajaran wajib diajarkan disekolah adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam pembentukan manusia Indonesia seutuhnya. Menurut Muthorir dan Akmaludin (2002:2 ) menyatakan bahwa :

“ Pembinaan dan pengembangan pendidikan jasmani merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas manusia indonesia seutuhnya, agar tercapai pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani, kesehatan dan peningkatan hasil belajar yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.”

Berdasarkan kutipan diatas, maka dalam rangka meningkatkan kualitas manusia yang sehat dan mampu membangkitkan rasa kebanggaan nasional melalui hasil belajar maka olahraga perlu dikembangkan . Menurut Muthohir (2002:9)

“Pendidikan jasmani tidak hanya berdampak positif terhadap pertumbuhan fisik murid tetapi juga perkembangan mental, intelektual, emosional dan social.”



Pendidikan pada anak-anak yang dimulai dari tingkat bawah yaitu Pendidikan usia dini (PAUD) , Taman Kanak-Kanak (TK) dan Sekolah Dasar (SD). Sekolah dasar merupakan tempat pendidikan ketiga setelah PAUD, dan Taman Kanak-Kanak (TK). SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat merupakan salah satu sekolah yang sarana dan prasarannya dikategorikan cukup memadai. Disamping itu juga pernah mendapatkan bantuan perlengkapan proses belajar mengajar dari pemerintah.

SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat telah melakukan berbagai upaya dalam meningkatkan mutu pendidikan disekolah tersebut, agar menghasilkan lulusan yang berkualitas dan mampu bersaing dengan sekolah lainnya . Adapun usaha-usaha yang dilakukan SDN 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat yaitu dengan mengadakan sekolah tambahan bagi mata pelajaran bidang studi untuk siswa kelas V dan VI serta ekstrakurikuler olahraga dan kesenian pada sore hari, dalam bidang pelayanan kepada siswa dan masyarakat adalah besikap positif, memberikan kepuasan kepada anak siswa dan masyarakat dalam urusan kependidikan serta memberikan perhatian penuh kepada anak didik dalam proses belajar mengajar.

Namun usaha-usaha yang dilakukan oleh Sekolah Dasar Negeri 19 Pasaman belum membuahkan hasil yang optimal. Hal ini terungkap lewat wawancara peneliti dengan guru olahraga dan guru kelas SD Negeri 19 Pasaman (13 Agustus 2010) dari keterangan bahwa “dua tahun ini, nilai rata-rata hasil belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani tiap semester SD Negeri 19 Pasaman mengalami penurunan. Hal ini terlihat pada laporan evaluasi perkembangan anak didik yang peneliti peroleh dari sekolah.

**Tabel 1**  
**Rekapitulasi Nilai Rata-Rata Pendidikan jasmani**  
**Tahun pelajaran 2009/2010**

| No | Kelas | Nilai Rata-Rata |             |
|----|-------|-----------------|-------------|
|    |       | Semester I      | Semester II |
| 1. | V     | 7,00            | 6,25        |
| 2. | VI    | 7,25            | 6,50        |

*Sumber :TU SD Negeri 19 Pasaman Kab. Pasaman Barat*

Berdasarkan tabel diatas dapat dibandingkan dengan nilai tahun –tahun sebelumnya , maka angka tersebut lebih kurang dari yang sebelumnya. Menurut hasil belajar Pendidikan Jasmani di SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat dipengaruhi oleh banyak factor., baik yang berasal dari dalam (internal) maupun yang berasal dari luar (eksternal) . Menurut Depdikbud (1993:5)

Faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar murid adalah antara lain kurangnya motivasi untuk belajar , malas menggerakkan badannya, factor kesehatan dan status gizi yang kurang seimbang dan factor yang berasal dari luar diri murid adalah factor lingkungan keluarga, factor social ekonomi yang rendah akibat multi dimensi, kurangnya sarana dan prasarana olahraga disekolah tersebut , menyebabkan murid malas melakukan olahraga, metoda guru dalam menyampaikan pelajaran Pendidikan Jasmani.”

Dari kutipan diatas diketahui bahwa banyak factor yang mempengaruhi hasil belajar Pendidikan Jasmani salah satunya adalah gizi. Gizi yang cukup banik sangat diperlukan tubuh untuk sehat, segar, bugar, terampil dan ceria dan cekatan sera agresif dalam merespon situasi yang dihadapi.Gizi kurang disebut juga gizi tidak seimbang yang dapat mengganggu pertumbuhan seseorang sehingga terlihat kurang bersemangat, pucat, kurang darah, daya ingat menurun , lebih mudah

diserang bibit penyakit dan mengantuk pada jam pelajaran. Sedangkan gizi lebih adalah gizi yang tidak seimbang dapat menyebabkan kelebihan berat badan atau obesitas. Begitu juga informasi yang didapat dari guru Penjas Negeri 19 Pasaman yang menyatakan kualitas hasil belajar pendidikan jasmani masih rendah, banyak murid tersebut yang malas bergerak, banyak murid tersebut yang datang terlambat pada saat jam olahraga dan memiliki gizi yang tidak seimbang. Hal ini kemungkinan keseimbangan diperkuat lagi dengan dengan perilaku keluarga yang kurang membiasakan makan pagi sebelum sekolah.

Walaupun sekolah ini pernah mendapatkn bantuan pendidikan dari pemerintah namun tidk mempengaruhi hasil belajar yang masih rendah. Dari masalah diatas Penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap “ Hubungan Status Gizi dengan hasil Belajar Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka banyak factor yang mempengaruhi hasil belajar pendidikan jasmani di SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat sebagai berikut :

1. Tingkat status gizi murid SD
2. Pengaruh latar belakang ekonomi orang tua
3. Rendahnya motivasi murid SD dalam melakukan olahraga
4. Kurangnya dorongan dari keluarga
5. Cara belajar murid yang kurang baik
6. Sarana dan prasarana
7. Hasil belajar

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan factor yang mempengaruhi hasil pendidikan Jasmani di sekolah Dasar dan mengingat begitu banyaknya masalah yang teridentifikasi serta keterbatasan waktu, tenaga dan biaya yang tersedia maka penelitian hanya dibatasi pada hubungan status gizi dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani Siswa SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimanakah hubungan antara status gizi dengan hasil belajar pendidikan jasmani di sekolah dasar Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat.

### **E. Tujuan Penelitian**

1. untuk mengetahui status Gizi siswa SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat,
2. untuk mengetahui Hasil Belajar siswa SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat
3. untuk mengetahui hubungan status gizi dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani siswa SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat.

### **F. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini peneliti lakukan diharapkan berguna sebagai :

1. Bahan masukan bagi guru sekoalah dan instansi yang terkait dalam memberikan pelajaran di sekolah
2. Langkah awal bagi peneliti dalam mengembangkan diri di bidang penelitian dan sebagai salah satu sarat bagi Penulis dalam menyelesaikan studi strata Satu
3. Bahan masukan untuk peneliti lain untuk penelitian selanjutnya.
4. Untuk memberikan sumbangan pikiran dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Status Gizi**

###### **a. Pengertian Status Gizi**

Menurut Idrus dan Kunanto (1990: 17) bahwa da beberapa pengertian yang berhubungan dengan status gizi, namun kita mengakji 2 kata dari status gizi yang terdiri dari satatus dan gizi atau *Nutrition*. Status maksudnya ekspresi dari keadaan seimbang dalam bentuk variable tertentu atau perwujudan *nutirur* dalam bentuk variable tertentu. Sedangkan pengertian status gizi menurut Depdikbud (1990:858) kamus besar Bahasa Indonesia adalah “ status artinya kedudukan atau keadaan (misalnya tentang badan).” Jadi menurut Depdikbud (1990:279) “ Gizi adalah zat makanan pokok yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan badan.” Dengan demikian dari aspek bahasa , status gizi dapat diartikan sebagai keadaan atau kedudukan zat makanan pokok dalam tubuh seseorang yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan.

Ada beberapa istilah mengenai status gizi yang diungkapkan oleh para ahli namun kata gizi yang dihubungkan dengan kesehatan tubuh yaitu untuk menyediakan energi., memnbangun dan memewlihara jarinag tubuhserta mengatur proses-proses kehidupan dalam tubuh. Gizi juga dikaitkan dengan potensi ekonomi seseorang karena gizi berkaitan demnagn perkembangan otak, kemampuan belajra dan produktivitas kerja. Jadi gizi adalah suatu proises organisme fdari makanna yang dikonsumsi secara normal melalui proses metabolisme makanan dan pengeluaran zat-zat tidak berguna untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi (Almaatsier, S.2004:4)

### **b. Arti Penting Status Gizi yang Seimbang**

Di dalam melakukan aktivitas atau pekerjaan sehari-hari kita membutuhkan energi dimana energi dalam makanan yang kita makan sehari-hari dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh, Sebaliknya bila makanan tidak dipilih dengan baik tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat esensial tertentu,. Zat gizi esensial adalah zat gizi yang bersumber dari makanan. Zat-zat gizi yang dapat memberikan energi adalah karbohidrat, protein, lemak. Oksidasi zat-zat ini menghasilkan energi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk melakukan aktivitas / kegiatan . Dalam hal ini Soekirman (2000:53) Menyatakan :

“ Energi tubuh pertama-tama untuk memelihara fungsi dasar tubuh yang disebut dengan metabolisme basal, sebesar 60-70 persen dari kebutuhan energi total,. Kebutuhan energi untuk metabolisme basal adalah keperluan energi minimum dalam keadaan istirahat total tetapi tidak tidur dilingkungan suhu yang nyaman dan. suasana tenang. Energi diperlukan tubuh untuk fungsi tubuh lainnya seperti : Mencerna, berjalan, bekerja dan beraktifitas lainnya.”

Dengan demikian energi sangat diperlukan oleh manusia , untuk mendapatkan energi yang cukup diperlukan gizi seimbang. Untuk menjaga kesehatan diperlukan adanya keseimbangan antara makanan , sumber energi yang kita makan dengan energi yang kita keluarkan terutama untuk bergerak dan beraktifitas. Makin banyak kita bergerak seperti berolahraga, bekerja keras dan mengangkat, berjalan dan berlari makin banyak energi yang kita perlukan. Apabila masukan energi lebih kecil dari energi yang keluar, akan terjadi defisit energi dan berat badan menurun (kurus). Sebaliknya masukan energi yang lebih besar dari pengeluaran energi terjadi surplus energi yang disimpan dalam bentuk lemak, Akibat berat badan naik (gemuk). Terjadinya penurunan dan kenaikan energi menunjukkan bahwa makanan tidak seimbang akibatnya akan mengganggu fungsi tubuh yang berakibat negatif terhadap kesehatan.

Menurut Almatsier (2001:11-12) akibat dari kekurangan gizi dan kelebihan gizi pada proses tubuh tergantung pada zat-zat gizi apa yang kurang. Kekurangan zat gizi secara umum (makanan kurang dalam kualitas dan kuantitas) menyebabkan gangguan pada proses-proses:

“1) Pertumbuhan, pertumbuhan menjadi tidak normal menurut yang seharusnya, 2) Produksi tenaga berkurang karena kekurangan energi dari makanan yang menyebabkan bergerak, bekerja dan melakukan aktifitas menjadi malas, 3) pertahanan tubuh berkurang sehingga mudah terserang penyakit seperti pilek, batuk, diare pada anak-anak dapat membawa kematian, 4) struktur dari fungsi otak, kurang gizi pada usia muda dapat berpengaruh pada perkembangan mental dan dapat terganggunya fungsi otak secara permanent, 5) perilaku, bagi anak-anak maupun orang dewasa yang kurang gizi menunjukkan perilaku tidak tenang, mudah tersinggung, cengeng dan apatis.”

Berdasarkan kutipan diatas dapat dipahami bahwa gizi berperan penting dalam kesehatan tubuh. Tanpa gizi yang cukup akan mengakibatkan berbagai penyakit, seperti busung lapar dan marasmus yang sering terjadi pada anak-anak dan kelebihan gizi akan menyebabkan berbagai penyakit degeneratif, seperti hipertensi, atau tekanan darah tinggi dan jantung koroner.

### **c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi**

Beberapa ahli mengemukakan berbagai konsep tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan seseorang, antara lain :

#### **2.Faktor Internal (genetik)**

Soetjiningsih (1998:28) mengungkapkan bahwa “faktor genetik merupakan modal dasar mencapai hasil proses pertumbuhan.” Faktor internal (genetik) antara lain termasuk berbagai faktor bawaan yang normal dan patologi, seperti:

a. Penyakit Infeksi

Ini merupakan salah satu faktor yang langsung mempengaruhi status gizi anak

b. Intake Gizi

Intake gizi anak berada pada tahap kehidupan dimana pertumbuhan berjalan dengan cepat, kurangnya intake zat gizi yang disebabkan oleh berbagai variable seperti kekurangan konsumsi makanan yang bergizi.

c. Faktor Eksternal (Lingkungan)

Faktor lingkungan sangat menentukan tercapainya potensi genetik yang optimal apabila kondisi lingkungan yang kurang mendukung atau jelek, maka potensi genetik yang optimal tidak akan tercapai. Menurut Soetjiningsih (1998:29) lingkungan yang mempengaruhi pertumbuhan anak terbagi atas :

“a) Faktor lingkungan biologi, yang mempengaruhi adalah ras, jenis kelamin, umur dan gizi, b) faktor lingkungan fisik yang mempengaruhi adalah cuaca, keadaan geografi, dan sanitasi, c) faktor fisikososial yang berpengaruh pada tumbuh kembangnya anak adalah stimulasi (rangsangan), motivasi dan ganjaran, d) faktor keluarga dan adat istiadat yang berpengaruh pada tumbuh kembang anak antara lain, pekerjaan dan pendapatan.

Berdasarkan kutipan diatas dapat dipahami bahwa status gizi yang dapat mempengaruhi pertumbuhan anak ditentukan oleh berbagai faktor. faktor lingkungan sangatlah berpengaruh terhadap tumbuh kembang si anak namun penyebabnya tidak langsung berasal dari lingkungan saja, penyebab yang mendasar dari tumbuh kembang anak adalah masalah struktur politik dan ideologi serta struktur ekonomi yang dilandasi potensi sumber daya sedangkan faktor yang mempengaruhi status gizi berasal dari dalam diri si anak itu sendiri apabila potensi genetiknya dalam berinteraksi dalam lingkungan yang baik dan optimal akan menghasilkan



Pertumbuhan yang optimal juga tapi bila sebaliknya, akan menghasilkan pertumbuhan yang jelek bagi gizi anak.

#### **d. Pengukuran Status Gizi**

Menurut Muthohir dan Gusril (2004: 96) pengukuran status gizi dapat dinilai melalui

“a) Pemeriksaan klinis, yaitu untuk memeriksa status gizi seseorang dengan melihat tanda-tanda klinis penyakit. b) pengukuran *antropometri* dengan jalan mengukur berat badan, tinggi badan, tebal lipatan kulit, lingkaran lengan atas dan lingkaran dengan otot lengan. c) Pemeriksaan laboratorium, penilaian status gizi dengan pemeriksaan eksperimen di uji laboratorium yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh, d) penilaian makanan, dengan pengumpulan data konsumsi makanan dapat memberikan gambaran tentang berbagai gizi.”

Berdasarkan kutipan di atas cara pengukuran status gizi yang paling sering digunakan dan lazim dipakai di masyarakat adalah *antropometri* menurut Depdikbud (2000:142) pengukuran dengan cara *antropometri* dilakukan secara langsung oleh peneliti-peneliti yaitu dengan cara : “ penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan.”

Menurut Abunain (1990) perhitungan Antropometri terhadap tinggi badan anak disekolah dilakukan atas :

- a. Tinggi badan merupakan ukuran antropometrik
- b. Tinggi badan memberikan gambaran pertumbuhan tulang yang sejalan dengan pertumbuhan umur.

Pengukuran tinggi badan anak dapat dilakukan dengan metode *Intropometri* yang biasa / lazim digunakan diantaranya adalah: Berat badan menurut umur (BB/U),

Tinggi badan menurut umur(TB/U), berat badan menurut tinggi badan (BB/TBB). Rumus ini biasa digunakan untuk anak SD umur 10-12 tahun dengan mengetahui batas normal untuk anak umur 10-12 tahun yang masih suka bermain. Harvard merupakan alat sederhana yang biasa digunakan pada anak tanpa menggunakan umur khususnya berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan, dengan mempertahankan berat badan normal, memungkinkan seseorang anak melakukan pembenahan dan melaksanakan tugasnya sebagai seorang murid, serta terhindar dari penyakit tertentu serta mempengaruhi produktivitas kerja. Berdasarkan keterangan di atas untuk mengetahui status gizi seseorang yang dapat mempengaruhi hasil belajar yang terkait dengan resiko kesehatan anak dapat diukur dengan menggunakan indeks masa tubuh di mana Harvard sebagai alat untuk meneliti status gizi anak SD

$$IMT = \frac{BERAT\ BADAN(Kg)}{TINGGI\ BADAN(M)}$$

Rumus ini sangat baik digunakan dalam klasifikasi status gizi anak SD pada saat ini. Harvard merupakan indeks yang independent terhadap umur dan dapat membedakan proporsi badan yaitu gemuk, normal dan kurus, jadi dengan menggunakan rumus ini bias dijadikan patokan untuk menentukan klasifikasi status gizi seorang anak SD, yaitu dengan klasifikasi sebagai berikut:

- a. Kurus, kategori kekurangan berat badan < 17,0-18,5
- b. Normal Kategorinya > 18,5-25,5
- c. Gemuk kategorinya kelebihan berat badan >27,0

Penggunaan Harvard adalah salah satu cara praktis digunakan untuk mengetahui ideal atau tidaknya tubuh seseorang dan dapat dengan cepat diperoleh gambaran tentang komposisi tubuh seorang anak SD yang sedang diteliti:

## **2. Hasil Belajar**

### **c. Hakikat Hasil Belajar**

Hasil belajar yang baik merupakan tujuan dari proses intruksional yang telah dijalankan oleh murid dan guru dalam rangka menunjang tercapainya tujuan pendidikan nasional secara umum. Dalam keseluruhan proses pendidikan disekolah kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paliumng pokok, ini berarti bahwa keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan dipengaruhi oleh proses belajar mengajar yang dilakukan murid .

Menurut Gagne (1984:14) belajar dapat didefenisikan sebagai sesuatu proses dimana organisme berubah perilakunya sebagai akibat dari pengalaman “ Einkel (1983:13) menyatakan “ perubahan-perubahan yang terjadi pada manusia merupakan dampak dari adanya proses belajar “ menurut Slameto ( 1995:2) “ belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh sesuatu sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan . “ belajar menurut Gagne (1997) dalam Ramainas(2003:9) mengemukakan bahwa 1. a). belajar adalah suatu proses untuk memperoleh pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh melalui proses pembelajaran.” Witherington dalam Sukmadinata (2003:155) mengemukakan bahwa “ belajar adalah suatu perubahan dalam kepribadian yang dimanifestasikan sebagai pola-pola respon yang baru berbentuk keterampilan, sikap-sikap kebiasaan , pengetahuan dan kecakapan.” Pendapat yang lain dikemukakan Hilgard dan Boner dalam Poerwanto(2003:84) mengatakan bahwa “

“ Belajar berhubungan dengan perubahan tingkah laku seseorang terhadap situasi tertentu disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi itu, dimana perubahan tingkah laku itu tidak dapat dijelaskan atau dasar kecenderungan respon pembawa kematangan atau keadaan-keadaan sesaat seseorang (misalnya: kelelahan, pengaruh obat dan sebagainya)”

Berdasarkan berbagai kutipan diatas, jelaslah bahwa belajar adalah usaha yang dilakukan manusia untuk memperoleh tingkah laku dan merupakan interaksi antar pelajar dengan objek yang dipelajainya. Dapat dikemukakan bahwa dampak dari adanya proses belajar selalu diikuti dengan perubahan dalam aspek-aspek pengetahuan, keterampilan dan sikap, perubahan yang diharapkan mengarah ke sikap positif bukan sebaliknya.

“ Menurut Prayitno (1973:35)” hasil belajar yaitu sesuatu yang diperoleh , dikuasai atau merupakan hasil dari adanya belajar.” Hasil belajar dapat memberikan informasi kepada lembaga dan kepada murid itu sendiri, bagaimana dan sampai diman penguasaan bahan serta kemampuan yang dicapai murid tentang materi pelajaran yang diberikan. Poerwardarmita yang dikutip Qudus (1992:44) mengemukakan “ hasil belajar adalah prestasi yang telah dicapai, dilakukan, dikerjakan seseorang.”

Muhammad(1989:13) mengemukakan ”hasil belajar dapat dapat juga diketahui dari berbagai perubahan perubahan yang terjadi dalam diri siswa sebagai bukti bahwa murid telah melakukan proses belajar.” Jadi perubahan terjadi dalam belajar pendidikan jasmani akan menyebabkan perubahan berikutnya, perubahan inilah yang disebut dengan hasil belajar yang membutuhkan waktu yang relative lama

#### **d. Arti Penting Hasil Belajar Bagi Murid SD**

Seseorang murid akan termotivasi , terangsang dan lebih bersemangat dalam belajar kan mengubah perilaku serta sikapnya bila mengetahui bagaimana hasil belajar yang diperoleh. Hal ini merubah perilaku anak dalam proses–proses merubah sifat fisik misalnya tinggi dan berat sebagai hasil perubahan fisiologi dalam bentuk otot dan efisiensi dari proses –proses sirkulasi dan respon.

Menurut Snellbecker (1974) dalam Ramainas( 2003:15), ada 3 ciri tingkah laku yang diperoleh melalui proses pembelajaran yakni:

“a) terbentuknya tingkah laku baru berupa kemampuan actual dan potensial berupa cara berpikir dalam belajar, b) kemampuan itu berlaku dalam waktu yang relative dan bertahan lama diingatan seorang anak, c) kemampuan baru diperoleh melalui usaha dengan mengikuti perkembangan ilmu yang ada disekelilingnya.”

Selanjutnya Gagne dalam Slameto (1995:13) mengatakan bahwa belajar penting untuk mengubah tingkah laku seorang anak yakni:

“a) belajar adalah proses dimana manusia dapat melakukan perubahan; b) belajar umumnya melibatkan interaksi dalam tingkah laku dan perubahan yang relatif lama dalam kehidupan si anak.”

Dengan demikian terjadinya perubahan tingkah laku dalam diri seorang anak merupakan hasil belajar yang diperoleh dari proses belajar. Snellberckel (1974) dalam Ramainas (2003:17) menyatakan perubahan tingkah laku tersebut meliputi perubahan pengetahuan, sikap dan keterampilan.

Hamalik (1993:21) menyatakan “ seseorang anak akan dikatakan cepat berhasil dalam belajar apabila terjadi perubahan tingkah laku dalam dirinya, baik dalam bentuk pengetahuan, keterampilan maupun dalam bentuk sikap yang dinilai positif.” Selanjutnya Bloom dkk (Winkel 1983: 15) mengemukakan “ hasil belajar diklasifikasikan kedalam tiga domain (daerah) yaitu domain kognitif, domain afektif, domain psikomotor; domain kognitif mencakup beberapa tingkat penguasaan yaitu pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisa, sintesis, dan evaluasi. Domain Afektif meliputi : menerima, menanggapi, menghargai dan mengkarakterisasi. Domain psikomotor adalah hasil usaha yang diperoleh seseorang akibat aktifitas personal yang menimbulkan perubahan kemampuan dan penampilan dalam meniru, manipulasi, melakukan dengan gerakan cepat, artikulasi dan naturalisasi,.

Berdasarkan penjelasan diatas, hasil belajar yang sangat penting artinya bagi seorang murid SD dimana dengan hasil belajar yang baik si anak akan terpacu untuk lebih giat lagi dalam proses belajar, khususnya belajar Pendidikan Jasmani yang

dilakukan dengan gerak sehingga akan bisa aktif dalam mengikuti proses belajar Pendidikan Jasmani khususnya dan pada umumnya untuk pelajaran keseluruhan.

**e. Evaluasi hasil Belajar**

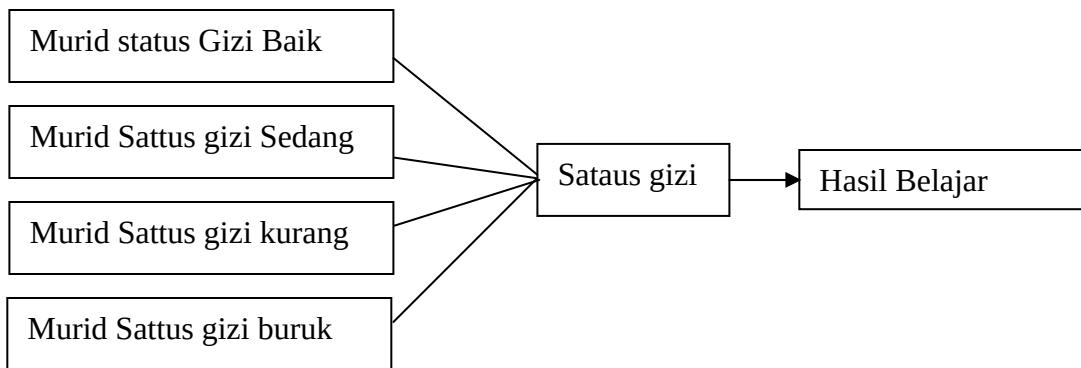
Hasil belajar dari suatu proses belajar mengajar adalah perubahan tingkah laku pada anak didik yang belajar. Perubahan yang terjadi ditandai dengan bertambah baiknya atau meningkatnya kemampuan yang dicapai murid sebagai akibat dari proses belajar mengajar. Perubahan-perubahan yang dialami murid tersebut setelah akhir dari kegiatan belajar mengajar yang disahkan oleh guru dan murid adalah dalam bentuk penilaian secara periodik oleh guru. Dalam Slameto (1995:54) mengemukakan “ jika seorang murid belajar sesuatu sebagai hasilnya murid akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap, keterampilan dan pengalamannya”. Sedangkan Wiroyudo (1874:12) “hasil belajar merupakan suatu kecakapan seseorang dalam hal perkembangan dan pertumbuhan untuk mencapai tingkat kedewasaan jasmani dan rohani dengan melalui suatu proses kegiatan yang berlangsung dan dapat diukur dengan tes “. Untuk itu perlu pengukuran hasil belajar yang dinyatakan dalam berbagai bentuk . Menurut Kumaidi (1995:34) bahwa “ hasil pengukuran dan penilaian hasil belajar seringkali dilaporkan dalam bentuk angka, khususnya pendidikan jasmani nilainya diambil dari aktifitas mereka dilaporkan dan hasil ujian praktek.” Suryabrata, S (1994: 320) memberikan batasan bahwa “bentuk hasil belajar dengan pengukuran , ada yang melambangkan dengan huruf A, B, C, dan E, disamping menggunakan skala 0 -10 dan menggunakan penilaian dari 0-100”

Bertitik tolak dari uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah prestasi dari segala kemampuan yang didapat oleh murid dalam mengikuti proses belajar mengajar yang dilaksanakan di lapangan sesuai dengan tujuan pendidikan yang ditetapkan oleh pemerintah. Hasil belajar murid tersebut secara operasional dinyatakan dalam bentuk nilai rapor murid.

## B. Kerangka konseptual

Makanan yang sehat dan bergizi sangat diperlukan untuk mencapai keadaan yang baik, terutama sekali saat proses belajar disekolah dalam rangka meningkatkan mutu hasil belajar . sehingga dengan gizi yang baik akan mendapatkan hasil belajar yang baik.

Hasil belajar pendidikan jasmani ditinjau dari status gizi murid SD yang memiliki status gizi seimbang dari zat-zat makanan yang dikonsumsi akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang optimal bagi fisik maupun mental , disamping itu juga mempunyai energi yang cukup untuk melakukan berbagai kegiatan dalam proses belajar, terutama sekali dalam aktifitas pendidikan jasmani. Dengan gizi yang baik akan berpengaruh terhadap hasil belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah berdasarkan kerangka konseptual dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Berdasarkan bagan diatas adanya hubunagn yang significant antara status gizi baik, sedang, kurang dan buruk dengan hasil belajar pendidikan jasmani di SD Negeri 19 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat.

## **A. Hipotesis**

Berpedoman pada deskripsi teori dan kerangka konseptual diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubunga secar signifikan antara status gizi baik denag hasil belajar Pendidikan Jasmani?
2. Apakah terdapat hubunga secar signifikan antara status gizi buruk dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani?
3. Apakah terdapat hubunga secar signifikan antara status gizi kurang dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani?
4. Apakah terdapat hubunga secar signifikan antara status gizi sedang dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani?



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Setelah dilakukan pembahasan hasil penelitian maka berikut ini disajikan beberapa kesimpulan dan saran.

#### **A. Kesimpulan**

1. Tidak terdapat hubungan status gizi baik dengan hasil belajar pendidikan jasmani
2. Tidak terdapat hubungan status gizi sedang dengan hasil belajar pendidikan jasmani
3. Tidak terdapat hubungan status gizi kurang dengan hasil belajar pendidikan jasmani
4. Tidak terdapat hubungan status gizi buruk dengan hasil belajar Pendidikan jasmani

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka penulis memberikan saran kepada :

1. Pihak sekolah agar dapat bekerjasama dengan Dinas kesehatan dalam memberikan penyuluhan terhadap kesehatan dan gizi kepada siswa
2. Kepada guru supaya memberikan pengetahuan tentang kesehatan terutama gizi agar dimasa yang akan datang anak-anak mempunyai gizi baik
3. Orang tua agar memperhatikan kesehatan anaknya terutama dalam memberikan makanan bergizi dan keteraturan makan
4. Siswa disarankan untuk menjaga pola makan sehari-hari agar terhindar dari berbagai penyakit
5. Masyarakat khususnya yang tinggal di sekitar sekolah agar dapat memperhatikan dan berpartisipasi terhadap lingkungan sekolah
6. Peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian dengan melihat factor penyebab

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimunar. 2004. *Buu ajar dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Padang: FIK UNP. Padang
- Almetsier, Sunita .2001. *Prinsip-prinsip dasar ilmu Gizi*.Jaarta: PT Gramedia Pustaka Umum
- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Prosedur Penelitian*. Jakarta:Bhineka Cipta
- Depdikbud.1989. *Bahan Penataran P4 bagi Siswa*. Jakarta: Depdikbud
- Depdikbud. 1997. *Estra Petunju Pelaksanaan Ekstrakurikuler Sebagai salah satu jalanPembinaan Siswa*. Jakarta
- Depdiknas.2003. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tentang Sisdiknas. Jakarta
- Dikdasmen. 1997. *Petunju pelaksanaan ekstraurkuler sebagai salah satu jalan pembinaan kesiswaan*. Jakarta. Depdikbud
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2000. *Psikologi belajar*. Bnajarmasin: Rinea Cipta
- Prayitno, Elida. 1989. *Motivasi dalam belajar*.Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi dan PLPTK
- Ridwan. 2002.*Skala Pengukuran Variabel-variabel penelitian*.Padang:Alfabeta
- Santoso.1994. *Belajar Pembelajaran*. Jakarta: Dirjen Olahraga
- Sadirman, A,M. 2001. *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo
- Sharno, HP. *Ilmu kepelatihan Olahraga*, Jakarta: FPOK