

**TINJAUAN STATUS GIZI DAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SMP NEGERI 2 TILATANG KAMANG
KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Pengujian Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh
DENI SAPUTRA. P
NIM. 95049**

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

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

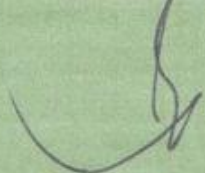
**TINJAUAN STATUS GIZI DAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SMP NEGERI 2 TILATANG KAMANG
KABUPATEN AGAM**

Nama : DENI SAPUTRA .P
NIM : 95049
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Maret 2013

Disetujui oleh :

Pembimbing I



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP : 196112301988031003

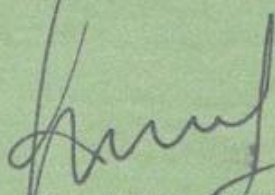
Pembimbing II



Drs. Suwirman, M.Pd
NIP : 196111191986021001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP: 195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN 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*

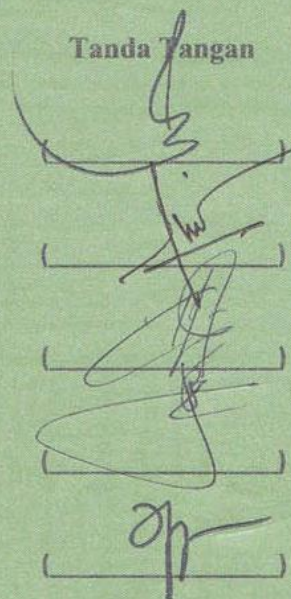
Judul : Tinjauan Status Gizi dan Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Tilatang Kamang Kabupaten Agam
Nama : Deni Saputra .P
NIM : 95049
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2013

Tim Penguji

	Nama
1. Ketua	: Drs. Zarwan, M.kes
2. Sekretaris	: Drs. Suwirman, M.Pd
3. Anggota	: Drs. Ali Umar, M.Kes
4. Anggota	: Dra. Pitnawati, M.Pd
5. Anggota	: Drs. Hendri Neldi, M.Kes AIFO

Tanda Tangan





“ Bacalah dengan menyebut nama tuhan yang menciptakanmu”

(Al Alaq ayat 1)

Allah memberi hikmah (ilmu yang berguna) kepada siapa saja yang dihendakinya, dan barang siapa yang diberi hikmah itu sesungguhnya ia telah mendapat kebajikan yang banyak dan tiadalah yang menyirinya petunjuk melainkan orang-orang yang berakal.

(Q.S Al Baqarah 269)

Tiada kata yang dapat terucapkan selain rasa syukur yang terhingga pada Mu Ya Allah, Ya Rabb yang telah menciptakan bumi dan langit. Atas segala limpahan rahmat, Karunia dan reski serta kemudahan yang tak terhitung harganya yang telah engkau berikan dan anugerahkan padaku.

Atas segala ridha dan reski Mu ya Allah perjalanan panjang telah kutempuh dan kulalui yang penuh akan tantangan dan cobaan. Alhamdulillah atas rahmat dan karunia Mu pulalah dapat menyelesaikan study dan skripsi ini.

Beribu terima kasih Ku ucapkan kepada kedua orang tua yang telah mendukung selama ini dan memberikan dorongan, baik moril dan materil dalam mengerjakan tugas akhir ini. Walau talambek stek MA, Pa, bukan berarti ndak jadi bang wisuda. Talambek salangkah untuak maju saribu langkah ma, pa.

Serta kepada adik-adik ku, Lola (kakak) dan Iqbal (dedel). Rajin-rajinlah baraja buliah capek lo salasai. Kak jan organisasi jo di ikuikan bana, beko tingga kuliah tu. Kak murah sakik lau lah kalatihan bna. Dedek jan bola ka bola jo dipikian lai. Baraja se lah rajin-rajin dulu. Perjuangan dek masin panang. Lah siap sadonyo, ndak lo ado yang ka malarang dek main bola do ma. Malah di suport urang yang ka lai.

Berikutnya pada teman-teman seperjuangan yang telah membantu ku dalam mengerjakan Skripsi ini. Terutama kepada Nanda Juliansah (apuak) yang telah membantu serta membimbing dalam penyelesaian skripsi. MAKASIH PUAKE, ang lah manolongan den manyusun jo ma olah data. Akhirnya den wisuda jo, walau ndak bisa den samo jo ang.

Untuak Ade Zafandro (Ijon) makasih alah mambukak pangana wak untuak mamulai mangarajoan skripsi ko. Untuak Masnil Rafi (Muach) jo Rahmadhani (Cimpung) capeklah karajoan skripsi tu lai, jan basantai j lai. Kajaan lah lai, mnga lamo-lamo bana tu panang lo wak mancaliak di kampus taruih de. Josef Andre Putra (Apang) akhirnya samo jo wak wisuda. Semangat kawan! Andres Parley (Parley) capek lah salasaan kuliah tu, buliah tanang lo manjalanan bisnis tu lai. Hengki Syaputra (Hencosh) alah tu taruih jo, kana kauliah tu jan lamo ba kuliah lai. Beko M.A gelar tu lai. Untuak kawan-kawan lokal C R-NR 09 yang ndak bisa disabuikan ciek-ciek capeklah salasaan manyusun tu, jan lamo-lamo bana lai.

Untuak anak kost Pak Zainal di Pinang Sori III No. 16 makasih yo adiak atas suportnyo. Rajin-rajinlah kuliah lai terutamo untuk Ilham (Iam) jan sampai putuih lo di tengah jalan ndak diak!!! Alah tu nonton One Piece jo lai, nonton ndak baurutan tu dow. Fahmi (Panjul) jan galau jo lai, alah tu cool jo gaya lai baik santai. Yopi (Tapai) alah tu ciek ce jadi ma, jan banyak bana ma nanam baniah lau ka panen ndk jo ka dapek. Ari_one jan gadang karangkang jo lai, haragoilah senior tu stek. Jan buek “kesal” urang jo lai. Erick (Ucok) kok yo ka capek jo tamaik usahoanlah. Idris (Syn) kuranganlah candu tu lai. Hahah. Rico (Coco) usahoanlah capek maurus tu pak, tapi “Mega Pro” ka ba togaan jo yo. Makasih yo adiak-adiak sekalian. Akhirnyo bang wisuda jo.



Deni Saputra .P

ABSTRAK

DENI SAPUTRA.P (2013): Tinjauan Status Gizi dan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa di SMP Negeri 2 Tilatang Kamang Kabupaten Agam.

Dari hasil pengamatan penulis masih ditemukan beberapa siswa SMP Negeri 2 Tilatang Kamang yang memiliki hasil belajar yang rendah. Hal ini dilihat dari nilai rapor sebelumnya dan terlihat dari aktivitas murid dalam mengikuti pelajaran yang tampak lesu, kurang bersemangat, dan kurang serius dalam mengikuti pelajaran Penjasorkes, sehingga dalam pembelajaran Penjasorkes di sekolah tidak dapat terlaksana dengan baik sehingga hasil tidak sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Penelitian ini tergolong penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini adalah kelas VIII SMP Negeri 2 Tilatang Kamang sebanyak 134 siswa, sedangkan cara pengambilan sampelnya menggunakan random sampling. Instrument yang digunakan untuk status gizi diperoleh berdasarkan pengukuran antropometri yaitu berat badan menurut umur (BB/U), motivasi belajar dengan menggunakan skala Likert yaitu dengan memberikan angket. Data diolah dengan menggunakan statistik deskriptif.

Dari hasil analisis data, ditemukan status gizi lebih sebanyak 1 orang (10%), yang memiliki gizi baik 4 orang (40%), yang memiliki gizi sedang 4 orang (40%), dan yang memiliki gizi kurang sebanyak 1 orang (10%). Sedangkan putri yang memiliki gizi lebih tidak ada (0%), yang memiliki gizi baik sebanyak 9 orang (90%), dan gizi sedang sebanyak 1 orang (10%). Untuk motivasi belajar siswa SMP Negeri 2 Tilatang Kamang didapatkan hasil putra yang memiliki motivasi belajar baik 100%, sedangkan putri yang memiliki motivasi belajar yang baik 70% dan sedang 30%.

Kata kunci : Status gizi, Motivasi siswa

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian tentang **“Tinjauan Status Gizi dan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa di SMP Negeri 2 Tilatang Kamang Kabupaten Agam”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian skripsi ini Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs.H.Arsil,M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan fasilitas selama perkuliahan.
2. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kemudahan dan bantuan dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes sebagai Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing I dan Drs. Suwirman, M. Pd. sebagai pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing Penulis selama dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Ali Umar, M.Kes, Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO, dan Dra. Pitnawati, M.Pd. sebagai penguji yang telah menyediakan tenaga, fikiran

dan kesebaran untuk memberi penulis masukan dan nasihat dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak / Ibu Dosen serta karyawan dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Kedua orang tua beserta keluarga besar yang telah memberikan bantuan baik moril maupun materil serta do'a kepada penulis sehingga tercapainya semua ini.
7. Semua rekan-rekan seperjuangan dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata Penulis ucapkan terima kasih.

Padang, Maret 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan masalah	4
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	6
1. PendidikanJasmaniKesehatan	6
2. Status Gizi	7
3. Motivasi	10
B. Kerangka Konseptual.....	13
C. Pertanyaan Penelitian.....	15

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Tempat Penelitian.....	16
B. Populasi dan sampel.....	16
C. Definisi Operasional	18
D. Jenis dan Sumber Data.....	18

E. Instrumen Penelitian	19
F. Teknik Pengumpulan Data.....	20
G. Teknik Analisa Data	24
 BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Verifikasi Data penelitian	26
B. Deskripsi data penelitian.....	27
C. Pembahasan.....	34
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	38
B. Saran	38
 DAFTAR PUSTAKA.....	40

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	17
2. Sampel Penelitian	18
3. Kisi-kisi Koesioner	23
4. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Putra	28
5. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Putri	29
6. Skor Motivasi Intrinsik	30
7. Skor Motivasi Ekstrinsik	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Histogram Data Status Gizi Putra	28
2. Histogram Data Status Gizi Putri	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Penilaian Status Gizi	42
2. Kisi-kisi angket penelitian	43
3. Pengantar.....	44
4. Kuesioner Penelitian	46
5. Uji Validitas	48
6. Uji Reliabilitas	51
7. Tabel Data Hasil Penelitian.....	53
8. Hasil Pengolahan Data Penelitian	56
9. Dokumentasi	58
10. Daftar Tabel WHO-NCHS.....	61
11. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	64
12. Surat Izin Penelitian dari SMP Negeri 2 Tilatang Kamang.....	65

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses pembelajaran di segala jenjang dan jenis pendidikan pada intinya bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia diberbagai aspek. Hal ini dapat dilihat dari Undang-Undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yaitu : “Pendidikan nasional bertujuan untuk perkembangan potensi peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa pada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis dan bertanggung jawab”.(BP,Cipta Jaya,2003:7).

Tujuan dari pendidikan nasional di Indonesia adalah meningkatkan sumber daya manusia dan sehat jasmani serta rohani, karena kesehatan itu sebagai faktor pendukung yang sangat menentukan dalam tercapainya sumber daya manusia yang berkualitas dan mempunyai daya saing yang tinggi.

Sumber daya manusia merupakan aset nasional yang mendasar dan faktor penentu bagi keberhasilan pembangunan, kualitas sumber daya manusia harus ditingkatkan terus-menerus sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan, teknologi, dan perkembangan semestinya mendapat suasana yang kondusif demi terwujudnya segala potensi yang dimilikinya. Sarana

paling strategis bagi peningkatan kualitas sumber daya manusia adalah pendidikan.

Motivasi merupakan komponen psikologis yang dapat mempengaruhi keberhasilan belajar. Keberhasilan belajar dapat meningkatkan kualitas pendidikan sehingga mampu memenuhi tuntutan kebutuhan pembangunan. Dalam hal ini, motivasi belajar dapat meningkatkan mutu dan hasil belajar seorang peserta didik. Tingkatan motivasi yang berbeda diantara peserta didik akan membawa perubahan dan semangat belajar yang berbeda pula.

Kekuatan mental dapat mendorong seorang peserta didik untuk dapat lebih giat belajar, seperti: keinginan, perhatian, kemauan atau cita-cita. Kekuatan mental tersebut dapat tergolong rendah atau tinggi. Secara Psikologi, kekuatan mental yang mendorong terjadinya proses belajar disebut motivasi belajar, dapat dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk belajar.

Hasil belajar adalah suatu produk atau keluaran yang dicapai setelah melakukan kegiatan belajar sebagai upaya untuk mendapatkan sesuatu kepandaian yang dapat diukur dengan nilai yang dicapai melalui berbagai ujian. Hasil belajar merupakan hasil dari proses pendidikan yang dipandang sebagai investasi modal berupa sumber daya manusia. Upaya untuk membangun sumber daya manusia yang berdaya saing tinggi melalui peningkatan hasil belajar dan bukanlah sesuatu yang mudah untuk dicapai.

Banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar seperti faktor dari diri sendiri (internal) maupun dari orang lain dan lingkungan sekitar (eksternal).

Pencapaian hasil belajar merupakan hasil interaksi dari berbagai faktor tersebut. Kematangan fisik dan psikis dalam bentuk jasmani yang sehat dan kecerdasan yang dapat mempengaruhi hasil belajar itu di antaranya adalah : (1) status gizi, (2) motivasi belajar, (3) lingkungan sekolah, (4) sarana dan prasarana, (5) keahlian guru.

Dalam KTSP pendidikan jasmani ditingkat sekolah menengah pertama difokuskan pada, pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak (pusat kurikulum). Berdasarkan fokus pembelajaran pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan (Penjasorkes) diatas dapat dijelaskan bahwa pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak merupakan dua komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran.

Gizi seimbang adalah akan memberikan gizi baik untuk tubuh kita, dan dapat dikonsumsi dari makanan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan air. Gizi buruk dapat menghambat motivasi, kesungguhan dan kesanggupan belajar, bahkan menyebabkan anak bersifat apatis serta kelelahan fisik dan mental. (weldya,1991:3)

Dari hasil pengamatan penulis masih ditemukan beberapa siswa SMP Negeri 2 Tilatang Kamang yang memiliki hasil belajar yang rendah. Hal ini dilihat dari nilai rapor sebelumnya dan terlihat dari aktivitas murid dalam mengikuti pelajaran yang tampak lesu, kurang bersemangat, dan kurang serius dalam mengikuti pelajaran Penjasorkes, sehingga dalam pembelajaran Penjasorkes di sekolah tidak dapat terlaksana dengan baik sehingga hasil tidak sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Oleh karena itu untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal perlu disusun suatu angka kecukupan gizi, peningkatan motivasi belajar, ketersediaan sarana dan prasarana, dan keahlian guru dalam memberikan pembelajaran. Berdasarkan uraian di atas, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui tinjauan status gizi dan motivasi belajar siswa pada mata pelajaran Penjasorkes, karena dengan adanya penelitian ini maka dapat status gizi dan motivasi belajar siswa sesuai dengan standar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas banyak faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar Penjasorkes di SMP Negeri 2 Tilatang Kamang yaitu:

1. Status gizi
2. Motivasi belajar
3. Lingkungan sekolah
4. Sarana dan Prasarana
5. Keahlian Guru

C. Pembatasan masalah

Karena banyaknya faktor yang mempengaruhi hasil belajar seorang peserta didik, maka variabel yang diteliti dibatasi pada:

1. Status Gizi
2. Motivasi Belajar

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah status gizi siswa SMP N 2 Tilatang Kamang?
2. Bagaimanakah motivasi belajar siswa SMP N 2 Tilatang Kamang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan penelitian yang dibuat, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Status gizi siswa SMP N 2 Tilatang Kamang
2. Motivasi belajar siswa SMP N 2 Tilatang Kamang

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian di atas, diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat dan berguna bagi:

1. Penulis sebagai bahan untuk melengkapi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana.
2. Sekolah sebagai sumbangan pemikiran untuk pengambilan keputusan dalam upaya peningkatan hasil belajar siswa.
3. Orang tua siswa sebagai sumbangan pemikiran untuk upaya peningkatan status gizi dan pemberian motivasi anak dalam belajar.
4. Pihak lain sebagai salah satu sumber acuan bagi pihak lain yang memerlukannya untuk kepentingan penelitian lanjutan di masa yang akan datang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang tinjauan status gizi, dan motivasi belajar penjasorkes siswa-siswi SMP N 2 Tilatang Kamang maka dapat diambil kesimpulan yaitu :

1. Status gizi siswa-siswi SMP Negeri 2 Tilatang Kamang dilihat dengan frekuensi status gizi putra yang berada pada kategori gizi lebih dan gizi kurang ada satu orang, dan empat orang berada pada kategori gizi baik dan gizi sedang. Sedangkan frekuensi status gizi putri sembilan orang pada gizi baik dan satu orang pada gizi sedang.
2. Skor hasil penelitian motivasi belajar siswa-siswi SMP Negeri 2 Tilatang Kamang berdasarkan faktor intrinsik dengan skor rata-ratanya 3,60 dengan tingkat capaian 72% dan berada pada kategori cukup. Sedangkan dari faktor ekstrinsik siswa-siswi yang skor rata-ratanya 3,00 dengan tingkat capaian 60% dan berada pada kategori kurang baik.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka penelitian mengemukakan beberapa saran kepada berbagai pihak sebagai berikut :

1. Para guru-guru SMP N 2 Tilatang Kamang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan manfaat gizi baik bagi tubuh melalui program-program khusus tentang gizi.
2. Kepada semua pihak yang terkait terutama orang tua diharapkan dapat membantu, mengarahkan, memotivasi, membimbing dan memberikan

penyuluhan kepada siswa-siswi SMP N 2 Tilatang Kamang khususnya tentang arti pentingnya gizi bagi kebutuhan tubuh, sehingga siswa-siswi SMP N 2 Tilatang Kamang termotivasi untuk mengkonsumsi makanan-makanan yang cukup kandungan gizinya.

3. Para pengambil kebijakan, diharapkan dapat membantu mengembangkan pola pembelajaran dan peningkatan mutu gizi bagi siswa-siswi SMP N 2 Tilatang Kamang khususnya dengan melakukan analisis terhadap kebutuhan gizi terhadap tubuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia.
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Gramedia.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1994. *Gizi Olahraga Sehat, Bugar dan Berprestasi*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Depdikbud. 1993. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud.
- Depdikbud. 2007. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Depkes RI No. 28 tahun 1994 *tentang status Gizi Anak*.
- Depkes RI. 1999. *Klasifikasi Status Gizi masyarakat*. Direktorat Bina Gizi Masyarakat
- Desi, Anwar. 1990. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Surabaya: Armelia.
- Fajar, Ibnu, dkk. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Gunarsah, Singgih D. 1981. *Dasar dan Teori Perkembangan Anak*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Kuantaraf, dkk. *Makanan Sehat*. Bandung: Indonesia Publising House.
- Lufri. 2007. *Kiat – Kiat Melakukan Penelitian*. Padang.
- Lutan, Rusli. 2001. *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Dirjen Olahraga.
- Menpora No. 207 tahun 1985 *tentang Pendidikan Jasmani*.
- Prayitno, Elida. 1993. *Pengetahuan Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, Elida. 1989. *Motivasi*. Jakarta.
- Riduan. 2004. *Metoda & Teknik Menyusun Tesis*. Bandung.
- Sadirman. 1986. *Ciri-ciri Motivasi*. Jakarta.
- Slamento. 1995. *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.