

**PERBEDAAN STATUS GIZI SISWA PUTRA SD NEGERI 03 IKUR
KOTO KECAMATAN KOTO TANGAH KOTA PADANG
DENGAN SISWA PUTRA SD NEGERI 03 ALAI
KECAMATAN PADANG UTARA
KOTA PADANG**

SKRIPSI

***Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu***



oleh:

**DEFRIZAL
NIM. 14789**

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

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 : Perbedaan Status Gizi Siswa Putra SD Negeri 03 Ikur Koto
Kecamatan Koto Tangah Kota Padang dengan Siswa Putra SD
Negeri 03 Alai Kecamatan Padang Utara Kota Padang

Nama : Defrizal

NIM : 14789/2009

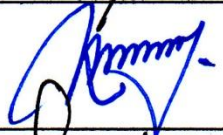
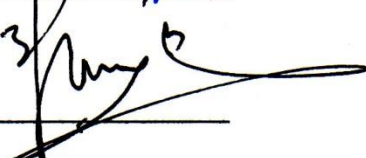
Program : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2013

Tim Penguji

Jabatan	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dra. Rosmawati, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Edwarsyah, M.Kes	2. 
3. Anggota	: Dr. Khairuddin, M.Kes. AIFO	3. 
4. Anggota	: Drs. Hasriwandi Nur, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Arie Asnaldi, S.Pd	5. 

ABSTRAK

Defrizal (2013) : Perbedaan Status Gizi SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tangah dengan SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang

Penelitian ini berawal dari keingintahuan peneliti mengenai Status Gizi siswa Sekolah Dasar, khususnya SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tangah dan SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar tersebut.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Exspost fakto. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Putra SD Negeri 03 Ikur Koto dan SD Negeri 03 Alai yang berjumlah 331 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu dari SD 03 Ikur Koto diambil 17 orang dari kelas V dan 18 orang dari kelas VI sedangkan dari SD Negeri 03 Alai karena jumlah kelas terdiri dari kelas A,B,C dan D maka sampel diambil dari kelas V D sebanyak 17 dan VI D sebanyak 18 yang berjumlah sama dengan sampel 03 Ikur Koto Penelitian ini menggunakan data primer yaitu diperoleh dari tes pengukuran Anthropolometri dengan mengukur indeks Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) pada anak usia 6-17 tahun.

Setelah dilakukan penganalisisan terhadap data variabel yang diteliti di dapatkan hasil bahwa, berdasarkan penilaian status gizi SDN 03 Ikur Koto dari 35 orang sampel terdapat 31 orang di kategori baik, 2 orang di kategori kurang dan 2 orang di kategori buruk. Sedangkan di SDN 03 Alai dari 35 orang sampel terdapat 31 orang di kategori baik, 3 orang di kategori kurang, dan 1 orang di kategori buruk. Dilihat dari hasil uji perbedaan terdapat perbedaan status gizi antara siswa putra SDN 03 Ikur Koto dengan siswa SDN 03 Alai. Karena $t_{hitung} = 1.17$ lebih kecil dibandingkan dengan $t_{tabel} = 1,69$.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perbedaan Status Gizi Siswa Putra SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tangah Kota Padang dengan Siswa Putra SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang”**.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Padang. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dra. Rosmawati, M.Pd selaku pembimbing I dan Drs. Edwarsyah, M.Kes selaku pembimbing II, yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Dr. Khairuddin, M.Pd, Drs. Hasriwandi Nur, M.Pd dan Drs. Arie Asnaldi, S.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

5. Kepala sekolah dan Seluruh pihak khususnya Guru Penjasorkes di SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tangah dan SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang, yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam pengambilan data penelitian.
6. Seluruh Staf Pengajar dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kedua orang tuaku Ayah (Usman), Ibu (Yasni) yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis di dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Buat teman-teman yang senasib seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Rabbal 'Alamin.

Padang, Juni 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Gizi.....	8
2. Asupan Zat Gizi	13
B. Kerangka Konseptual.....	22
C. Hipotesis	23
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	24

C. Populasi dan Sampel	24
1. Populasi.	24
2. Sampel.....	25
D. Jenis dan Sumber Data	26
E. Defenisi Operasional.....	26
F. Instrument Penelitian	26
G. Teknik Analisa Data... ..	30

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data.....	31
1. Status Gizi Siswa Putra SD negeri 03 Ikur Koto	33
2. Status Gizi Siswa Putra SD Negeri 03 Alai.....	33
B. Pengujian Persyaratan Analisis	35
1. Uji Normalitas	35
2. Uji Homogenitas	35
C. Analisis dan Hasil Penelitian	36
D. Pembahasan	37

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	42
B. Saran	42

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kategori Status Gizi yang Dianjurkan Untuk Indonesia	22
2. Populasi Siswa di SDN 03 Ikur Koto dan SDN 03 Alai	25
3. Sampel Penelitian	25
4. Indeks Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB)	27
5. Penilaian Status Gizi Berdasarkan (BB/TB)	29
6. Pengolahan Data Penelitian SDN 03 Ikur Koto dan SDN 03 Alai	32
7. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Ikur Koto	32
8. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Alai	34
9. Uji Normalitas Data Penelitian	35
10. Uji Homogenitas Data Penelitian	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Makanan Yang Mengandung Karbohidrat	14
2. Makanan Yang Mengandung Lemak	16
3. Makanan Yang Mengandung Protein.....	18
4. Fungsi Air Bagi Kehidupan	20
5. Makanan Yang Mengandung Vitamin	21
6. Kerangka Konseptual	22
7. Histogram Data Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Alai	33
8. Histogram Data Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Ikur Koto	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Lengkap Status Gizi Putra SDN 03 Ikur Koto	46
2. Data Lengkap Status Gizi Putra SDN 03 Alai	47
3. Normalitas Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Ikur Koto	48
4. Normalitas Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Alai	49
5. Homogenitas Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Ikur Koto dan Status Gizi Siswa Putra SDN 03 Alai	50
6. Uji t (Dependen Variabel) Status Gizi Putra SDN 03 Ikur Koto dan Status Gizi Putra SDN 03 Alai	51
7. Daftar XIX Nilai Kritis untuk Uji Liliefors	54
8. Daftar F	55
9. Nilai Persentil untuk Distribusi t	56
10. Nilai Persentil untuk Distribusi F	57
11. Dokumentasi Penelitian	60
12. Surat Izin Penelitian	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan manusia Indonesia seutuhnya adalah suatu usaha yang dilakukan secara, berencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Dalam pelaksanaan pembangunan ini kita semua dituntut untuk selalu berusaha menambah, memperdalam serta meningkatkan kualitas dan kuantitas ilmu pengetahuan dan keterampilan. Untuk sektor pendidikan memegang peranan yang sangat dominan dalam upaya mencapai tujuan tersebut.

Pendidikan merupakan salah satu bidang pembangunan nasional yang bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan juga meningkatkan sumber manusia yang baik. Untuk mewujudkan pembangunan nasional dibidang Keolahragaan, pemerintah telah mengeluarkan Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005 Bab 2, Pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi sebagai berikut:

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas dan disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.”.

Untuk mencapai tujuan Keolahragaan Nasional tersebut Sekolah Dasar sebagai bagian dari sistem pendidikan formal, melaksanakan kegiatan pembelajaran dalam seperangkat mata pelajaran. Salah satu mata pelajaran di

Sekolah Dasar adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes).

Dalam pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan akan terlaksana dan tercapai dengan baik apabila siswa sebagai pelaku dan pelaksana dalam kegiatan tersebut memiliki kondisi fisik yang sehat dan bugar agar siswa dapat bergerak dengan baik, karena gerak merupakan perwujudan dari terjadinya kontraksi otot, sementara untuk dapat berkontraksi otot memerlukan energi, dan energi yang diperlukan untuk kinerja fisik diperoleh dari metabolisme bahan makanan yang dikonsumsi sehari-hari.(Pekik, 2006:1).

Berdasarkan uraian diatas dapat diungkapkan bahwa makanan atau zat gizi merupakan salah satu penentu kualitas kinerja fisik dan pertumbuhan seseorang. Untuk itu sudah selayaknya, apabila para orang tua, guru, pelatih, pembina olahraga, serta masyarakat pada umumnya perlu memahami karakter dan manfaat berbagai zat gizi atau bahan makanan dalam upaya meningkatkan kualitas kehidupan.

Secara sederhana dapat dijelaskan status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau bahkan dapat dikatakan bahwa “status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari. Status gizi yang baik diperlukan untuk mempertahankan derajat kebugaran dan kesehatan, membantu pertumbuhan bagi anak serta menunjang prestasi olahragawan”. (Pekik 2008:65).

Dalam Sejumlah penelitian kesehatan menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada anak adalah sulit makan atau tidak mau makan. Apabila hal tersebut tidak segera diatasi maka dapat menyebabkan anak kekurangan gizi sehingga dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu anak-anak sekolah pada umumnya sering tidak makan pagi (sarapan) karena berbagai alasan. Misalnya tidak terbiasa sarapan, tergesa-gasa berangkat sekolah atau remaja putri yang ingin badannya tetap langsing, dan lain-lain. Kebiasaan tidak sarapan pada anak-anak akan menyebabkan lambung kosong dan kadar gula darah berkurang (keadaan hipoglikemia) sehingga menyebabkan badan lemas, mengantuk, sulit menerima pelajaran serta turunnya gairah belajar dan kemampuan merespon. Sehingga dalam proses belajar di sekolah tidak dapat berjalan dengan baik dan akan berdampak pada hasil belajar siswa. (Pekik 2008:164).

Dengan demikian agar siswa dapat melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan baik Di Sekolah Dasar, maka siswa harus mendapatkan kecukupan akan gizi yang diperlukan oleh tubuh. Hal ini berarti bahwa kekurangan gizi merupakan salah satu kendala dalam keberhasilan pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar. Kondisi jasmani yang bugar/segar akan mempengaruhi daya tahan seseorang dalam menjalankan aktivitasnya. Logikanya tubuh yang sehat dan bugar akan memiliki tingkat kemampuan yang lebih dalam melakukan tugas pekerjaan. Bagi siswa, akan mempengaruhi kondisi psikis siswa dalam belajar.

Siswa yang akan melakukan pembelajaran Penjasorkes di sekolah perlu mengkonsumsi makanan yang bergizi sebelum pergi kesekolah, yaitu makanan yang banyak mengandung zat-zat gizi seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan air dan yang paling penting diperhatikan adalah keseimbangan dari zat gizi tersebut, sebab apabila tidak seimbang akan dapat menyebabkan kurang gizi. Gizi buruk dapat menghambat motivasi, kesungguhan dan kesanggupan belajar, bahkan menyebabkan anak bersifat apatis, kelelahan fisik secara mental“(Wedya,1991:3).

Untuk meningkatkan status gizi siswa Di sekolah perlu mempertimbangkan aspek ekonomi orang tua siswa, kebiasaan hidup, makanan yang dikonsumsi,keadaan lingkungan tempat tinggal dan lingkungan sekolah, pemahaman tentang gizi.karena Kondisi ekonomi orang tua siswa belum tentu sama, ada orang tua yang mampu memenuhi kebutuhan gizi anaknya dan ada orang tua yang tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan akan gizi anaknya, selain itu kondisi geografis juga ikut mempengaruhi status gizi siswa.(Wedya, 1991:5)

Siswa yang bersekolah di sekolah yang berada di perkotaan yang memiliki orang tua dengan tingkat ekonomi lebih baik kemungkinan akan memperoleh gizi yang lebih baik, dibandingkan dengan siswa yang bersekolah di daerah perkampungan yang mempunyai orang tua dengan tingkat ekonomi yang kurang baik.

Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto dan Sekolah Dasar Negeri 03 Alai merupakan dua sekolah yang berbeda baik dari segi ekonomi orang tua siswa,

lingkungan tempat tinggal, maupun letak geografis, secara lingkungan sekolah: lingkungan Sekolah Dasar Negeri 03 Alai terletak di pusat perkotaan, sehingga tata tertib dan kedisiplinan sekolah lebih baik. Ini terlihat dari siswa yang tidak boleh keluar lingkungan untuk belanja karena sekolah telah menyediakan kantin sekolah sedangkan Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto berada di daerah perkampungan dimana anak-anaknya masih jajan sembarangan karena sekolah tidak menyediakan kantin sekolah.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang dilakukan oleh penulis pada tanggal 1 sampai tanggal 6 April 2013 terhadap siswa putra di Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto dan siswa putra di Sekolah Dasar Negeri 03 Alai tampak perbedaan kemampuan melaksanakan aktivitas yang berkenaan dengan pembelajaran Penjasorkes dan ketahanan kondisi fisik siswa ketika belajar, padahal perkembangan secara fisik siswa putra dari kedua sekolah tersebut seimbang karena siswa putranya sama-sama memasuki usia remaja awal dan penulis beranggapan apakah perbedaan tersebut dipengaruhi oleh status gizi siswa putra di kedua sekolah tersebut?.

Berdasarkan informasi yang didapat oleh penulis belum ditentukan secara pasti siswa apakah SD 03 Ikur Koto atau siswa SD 03 Alai yang lebih baik status gizinya. Untuk itu perlu dilakukan penelitian tentang status gizi siswa SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tengah Kota Padang dan SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, banyak terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perbedaan Status Gizi Siswa. Faktor-faktor tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Keadaan lingkungan tempat tinggal yang tidak sehat dapat mempengaruhi status gizi.
2. Keadaan ekonomi orang tua yang rendah dapat mempengaruhi status gizi.
3. Lingkungan sekolah yang kurang bersih dapat mempengaruhi kesehatan dan keadaan gizi anak atau siswa.
4. Kebiasaan hidup yang kurang memperhatikan kebersihan dan pola makan yang kurang baik dapat mempengaruhi status gizi.
5. Makanan yang dikonsumsi yang memiliki kadar zat gizi yang kurang baik dapat mempengaruhi keadaan status gizi.
6. Kurangnya Pemahaman tentang gizi dapat mempengaruhi status gizi.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini tidak bermaksud meneliti masing-masing faktor yang diidentifikasi di atas, tetapi hanya ingin melihat apakah SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tengah.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, dapat dilihat yang bahwasannya SD Negeri 03 alai

memiliki status gizi yang baik dibandingkan SD Negeri 03 Ikur Koto. Untuk itu dapat dirumuskan permasalahan yang akan dicarikan jawabannya dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan status gizi siswa putra SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tengah dan SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang?.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini sesuai dengan perumusan masalah di atas adalah untuk mengetahui Perbedaan status gizi siswa SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tengah dan SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan berguna bagi :

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Siswa SD Negeri 03 Ikur Koto Kec. Koto Tengah dan SD Negeri 03 Alai Kec. Padang Utara Kota Padang untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi.
3. Orang tua, guru, dan pihak sekolah untuk dapat memberikan makanan yang mengandung energi yang baik dalam memenuhi gizi seimbang bagi anak/siswa.
4. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan dan literatur (sumber) dalam bacaan di Pustaka Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

BAB V

PENUTUP

Berdasarkan pada analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dan saran sebagai berikut :

A. Kesimpulan

1. Hasil pengukuran status gizi SDN 03 Ikur Koto dari 35 orang sampel terdapat 31 orang di kategori baik, 2 orang di kategori kurang dan 2 orang di kategori buruk.
2. Hasil pengukuran status gizi SDN 03 Alai dari 35 orang sampel terdapat 31 orang di kategori baik, 3 orang di kategori kurang, dan 1 orang di kategori buruk.
3. Setelah dilakukan penelitian maka terdapat perbedaan status gizi antara siswa putra SDN 03 Ikur Koto dengan siswa SDN 03 Alai. Karena $t_{hitung} = -7,10$ lebih kecil dibandingkan dengan $t_{tabel} = 1,69$. Hasil uji perbedaan terdapat perbedaan status gizi antara siswa putra SDN 03 Ikur Koto dengan siswa putra SDN 03 Alai. Karena $t_{hitung} = -7,10$ lebih kecil dibandingkan dengan $t_{tabel} = 1,69$.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka disarankan kepada :

1. Seluruh Majelis Guru, khususnya guru Penjas di SDN 03 Ikur Koto dan SDN 03 Alai untuk lebih memperhatikan keadaan status gizi siswa.

2. Kepada orang tua siswa untuk lebih memperhatikan perkembangan anak dan pola makan yang teratur agar anak tumbuh dan berkembang dengan baik.
3. Kepada seluruh siswa agar tidak jajan sembarangan dan mengerti dampak dari gizi buruk.
4. Kepada peneliti berikutnya agar dapat melakukan penelitian lanjutan yang lebih khusus lagi agar dapat meningkatkan status gizi siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2002. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1994. *Gizi Olahraga Sehat, Bugar dan Berprestasi*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Depdikbud. 1993. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud.
- Depdiknas. 2009. *Pedoman penulisan skripsi/TA* Padang: FIK UNP.
- Djaeni, Achmad Sediaoetomo. 1996. *Ilmu gizi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Edwarsyah, dkk. 2006. *Gizi, Makanan dan Kesehatan*. Padang: FIK UNP.
- I.Dewa. 2002. *Penilaian Status Gizi*. EGC: Jakarta.
- Khumaidi. 1994. *Bahan Pangan dan Olahan*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Kuntaraf, dkk. 1999. *Gizi dan Fungsinya bagi Tubuh*. Jakarta: Depkes RI.
- _____. 2000. *Makanan Sehat*. Bandung: Indonesia Publishing House.
- Hadi, Sutrisno. 1990. *Statistika Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset
- Hadi. 1993. *Statistik Pendidikan Jilid II*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Panduan Penulisan Tugas Akhir/ Skripsi Universitas Negeri Padang* (2009). Padang UNP.
- Pekik, Djoko (2007) *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Andi Offset : Yogyakarta.
- Pekik, Djoko.Irianto. (2006). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta : C.V Andi Offset
- Riyadi, dkk. 1995. *Anthropometri dan Pengukuran*. Jakarta: PT. Gramedia
- Syafrizar dan Wilda Welis. 2009. *Gizi Olahraga*. Malang: Wineka Media
- Sukmadinata. 2003. *Gizi Olahraga*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat DepKes RI
- UU RI No. 20 Tahun (2003). *Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta : Sinar Grafika.