

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA KELAS V
SD NEGERI 13 PURUS KECAMATAN PADANG BARAT
KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim penguji Skripsi Pendidikan Olahraga
Sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



OLEH

**REZA SEPTIAN
NIM. 89871**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA KELAS V SD NEGERI 13 PURUS KECAMATAN PADANG BARAT KOTA PADANG**

Nama : Reza Septian
NIM : 89871
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang , Desember 2011

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Ali Umar, M.Kes
NIP . 19550309 198603 1006

Drs. Jonni, M.Pd
NIP . 19600604 198602 1001

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olah Raga

Drs. Yulifri, M.Pd
NIP . 19590705 198503 1002

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 : HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL
BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
DAN KESEHATAN SISWA KELAS V SD NEGERI
13 PURUS KECAMATAN PADANG BARAT KOTA
PADANG**

**Nama : Reza Septian
NIM : 89871
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan**

Padang, Desember 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Ali Umar, M.Kes	1 _____
2. Sekretaris	: Drs. Jonni, M.Pd	2 _____
3. Anggota	: Drs. Zarwan, M.Kes	3 _____
4. Anggota	: Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd	4 _____
5. Anggota	: Atradinal, S.Pd, M.Pd	5 _____

ABSTRAK

Reza Septian 89871: Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Penjasorkes Siswa Kelas V SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat Padang, dikarenakan banyak hal, namun peneliti melihat dari sisi status gizi siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan status gizi terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas I-VI yang berjumlah 165 dengan sampel kelas V sebanyak 25 orang siswa, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data adalah menggunakan analisis korelasi product moment.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi terhadap hasil belajar siswa putra, dan ini dibuktikan dari $r_{hitung} = 0,856 > r_{tabel}$ pada $\alpha = 0,05 = 0,666$. Jadi kesimpulannya terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan hasil belajar penjasorkes siswa putra SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi terhadap hasil belajar penjasorkes siswa putri, dan ini dibuktikan dari $r_{hitung} = 0,660 > r_{tabel}$ pada $\alpha = 0,05 = 0,497$. Jadi kesimpulannya terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan hasil belajar penjasorkes siswa putri SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat.

Kata Kunci: Status Gizi, Hasil Belajar Penjasorkes

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini dengan judul: “Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Siswa Kelas V SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat Kota Padang ”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam menyusun skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan penelitian skripsi ini, penulis banyak dapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Baik berupa moril maupun materil.

Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah menyediakan fasilitas belajar dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Bapak Drs. Yulifri, M.Pd yang telah memberikan bahan administrasi dalam penyelesaian skripsi ini.

3. Bapak Drs. Ali Umar, M.Kes selaku pembimbing I dan Bapak Drs. Jonni, M.Pd selaku pembimbing II yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan berharga demi penyelesaian skripsi ini.
4. Drs. Zarwan, M.Kes, Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd, Atradinal, S.Pd, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan nasehat, arahan dan koreksi selama penyelesaian skripsi ini.
5. Staf pengajar di FIK UNP tempat penulis belajar, berguru dan menimba ilmu.
6. Orang yang berarti dalam hidup penulis, Ayahanda Alcaf Jamal dan Mama Alfiah, A.Ma serta kakak-kakak yang selalu berdo'a dan memberikan bantuan moril dan materil. Kepada kedua orang tuaku yang sangat kucintai, yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepadaku.
7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang tidak mungkin disebut satu persatu semoga bantuan yang telah diberikan dalam proses penelitian ini mulai dari persiapan sampai pelaksanaan penulisannya mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Akhirnya segala kekurangan dalam penelitian ini supaya menjadi perhatian bagi peneliti berikutnya.

Padang, Desember 2011

Penulis

REZA SEPTIAN

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GRAFIK.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	8
1. Hakekat Gizi.....	8
2. Kecukupan Zat Gizi	11
3. Hakekat Hasil Belajar	16
B. Kerangka Konseptual	20
C. Hipotesis.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis,Waktu, dan Tempat Penelitian.....	23
B. Populasi dan Sampel.....	23
C. Jenis dan sumber Data	23
D. Defenisi Operasional	25
E. Instrumen Penelitian	25
F. Teknik Pengumpulan Data	26
G. Teknik Analisis Data	27

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif.....	30
B. Pengujian Hipotesis	35
C. Uji Hipotesis	36
D. Pembahasan	38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	43
B. Saran.....	43

DAFTAR KEPUSTAKAAN 45

LAMPIRAN..... 47

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Gizi yang dianjurkan untuk Indonesia.....	15
2. Jumlah populasi siswa	23
3. Jumlah sample siswa.....	24
4. Distribusi frekuensi variabel status gizi putra	30
5. Distribusi frekuensi hasil belajar penjasorkes siswa putra	31
6. Distribusi frekuensi variabel status gizi putri	33
7. Distribusi frekuensi hasil belajar penjasorkes siswa putri.....	34
8. Uji normalitas data.....	35
9. Uji hipotesis data	36
10. Rangkuman uji signifikan koefisien korelasi antara variabel status gizi dengan variabel hasil belajar penjasorkes siswa putra	37
11. Rangkuman analisis	37
12. Rangkuman uji signifikan koefisien korelasi antara variabel status gizi dengan variabel hasil belajar penjasorkes siswa putri	38

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Grafik distribusi frekuensi status gizi siswa putra.....	31
2. Histogram distribusi frekuensi hasil belajar penjasorkes siswa putra ..	32
3. Grafik distribusi frekuensi status gizi siswa putrid	33
4. Histogram distribusi frekuensi hasil belajar penjasorkes siswa putri...	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data mentah status gizi dan hasil belajar penjasorkes siswa putra.....	47
2. Data mentah status gizi dan hasil belajar penjasorkes siswa putri	48
3. Uji normalitas status gizi (x) siswa putra	49
4. Uji normalitas hasil belajar penjasorkes (y) siswa putra	50
5. Analisis hubungan antara status gizi (x1) dengan hasil belajar penjasorkes (y) siswa putra.....	51
6. Uji keberartian koefisien korelasi	52
7. Uji keberartian koefisien korelasi dilanjutkan dengan uji t rumus	53
8. Uji normalitas status gizi (x) siswa putri	54
9. Uji normalitas hasil belajar penjasorkes (y) siswa putri.....	55
10. Analisis hubungan antara status gizi (x1) dengan hasil belajar penjasorkes (y) siswa putri	56
11. Uji keberartian koefisien korelasi	57
12. Uji keberartian koefisien korelasi dilanjutkan dengan uji t rumus	58
13. Dokumentasi penelitian	59

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses pembelajaran disegala jenjang dan jenis pendidikan pada intinya bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumberdaya manusia diberbagai aspek. Hal ini dapat dilihat dalam undang-undang pendidikan No. 20/2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) yaitu: “Pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab”.

Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional tersebut Sekolah Dasar (SD) sebagai bagian dari sistem pendidikan formal, melaksanakan kegiatan pembelajaran dalam seperangkat mata pelajaran. Pembelajaran di tingkat sekolah dasar menurut Kurikulum KTSP Tahun 2006 antara lain difokuskan pada, ”Pengembangan aspek kebugaran atau kesegaran jasmani dan keterampilan gerak” (pusat kurikulum tahun:1).

Berdasarkan fokus pembelajaran pendidikan sekolah di atas dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak merupakan dua komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran.

Orang tua yang yang berlatar belakang pendidikan tinggi diperkirakan akan dapat berbuat lebih banyak dan membantu perkembangan anak mereka

dibandingkan dengan orang tua yang tingkat pendidikannya rendah seperti yang dikemukakan oleh Zahri (1991:56) terdapat hubungan yang positif antara tingkat pendidikan orang tua dengan hasil belajar penjasorkes ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua maka semakin tinggi pula hasil belajar penjasorkes siswa tersebut. Agar siswa dapat melaksanakan pembelajaran dengan baik di sekolah, kecukupan akan gizi sangat dibutuhkan serta diperlukan oleh tubuh.

Maka dari itu bahwasanya kalau kekurangan gizi sebagai pelaku olahraga akan mengalami dan menjadi masalah utama pada waktu melakukan aktivitas yang berhubungan terutama olah fisik dan membutuhkan kalori untuk mencapai keberhasilan pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan hal di atas diharapkan pada seluruh siswa yang akan melakukan pembelajaran di sekolah perlu mengkonsumsi makanan yang bergizi. Gizi yang akan dikonsumsi adalah makanan yang mengandung kalori dan protein yang tinggi seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan air yang mengandung zat mineral. Sejalan dengan pendapat dari (Wedya, 1991:3) sebagai berikut ini: "Hal terpenting yang diperhatikan adalah keseimbangan dari zat gizi tersebut, sebab apabila tidak seimbang akan dapat menyebabkan gizi buruk. Gizi buruk dapat menghambat motivasi, kesungguhan dan kesanggupan belajar, bahkan menyebabkan anak bersifat apatis, kelelahan fisik serta mental"

Berdasarkan pengamatan dan wawancara peneliti dengan guru kelas dalam mata pelajaran lainnya siswa-siswi kelas V di SD N 13 Purus Padang. Ditemukan beberapa persoalan dalam proses belajar mengajar siswa-siswi kelas V di sekolah di SD N 13 Purus Padang banyak terlihat nilai rata-rata rapor siswa-siswi yang rendah pada semester Juli-Desember 2011. Permasalahan ini dapat dibuktikan pada waktu penulis mengikuti proses belajar mengajar pada jam pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi bahwa hampir semua siswa dalam mengikutinya tidak serius, sehingga dalam pembelajaran di sekolah tidak dapat terlaksana dengan baik dan hasil belajar tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Diduga faktor-faktor yang menjadi penyebabnya adalah: gizi siswa, kondisi lingkungan, pengetahuan orang tua, latar belakang ekonomi, motivasi, dan semua ini juga tidak terlepas dari penggunaan metode pembelajaran guru dalam mengajar. Maka akan berdampak waktu ujian akhir semester hasil belajar siswa rendah.

Rendahnya hasil belajar siswa-siswi kelas V di SD N 13 Purus Padang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam (internal) maupun yang berasal dari luar (eksternal). Menurut Depdikbud (1993:5) sebagai berikut ini:

“Faktor internal yang memengaruhi hasil belajar murid adalah antara lain kurangnya motivasi untuk belajar, malas menggerakkan badannya, faktor kesehatan dan status gizi yang kurang seimbang dan faktor yang berasal dari luar dari murid adalah faktor lingkungan keluarga, faktor sosial ekonomi yang rendah akibat krisis multi dimensi, kurangnya sarana dan prasarana belajar di sekolah tersebut menyebabkan murid malas melakukan belajar, metoda guru dalam mengajar kurang tepat mengakibatkan murid bosan dalam mengikuti pelajaran lainnya”

Berdasarkan kutipan di atas diketahui bahwa banyak yang mempengaruhi hasil belajar salah satunya adalah “status gizi”. Gizi yang cukup sangat diperlukan oleh tubuh manusia agar selalu tumbuh sehat, segar, bugar, terampil, ceria, cekatan, serta agresif dalam merespon situasi yang dihadapi.

Kenyataan yang ditemukan serta informasi yang didapat dari guru kelas V, siswa-siswi kelas V di sekolah SD N 13 Purus Padang menyatakan bahwa, kualitas hasil belajar penjasorkes masih rendah.

Hal ini disebabkan oleh kelalaian murid tersebut, yang datang terlambat pada saat jam pelajaran serta masalah gizi yang kurang yang mengakibatkan fisik anak lemah dan ketidakseimbangan tubuh.

Kondisi pekerjaan orang tua para siswa dan siswi SD N13 Purus Padang tempat penulis akan melakukan penelitian kebanyakan nelayan, untuk menambah penghasilan orang tua siswa juga membantu orang tua bekerja, sehingga banyak waktu siswa terganggu untuk belajar. Seperti yang dikatakan Tiaditono (1976:13) yaitu :

“Dalam keluarga yang miskin anak tidak dapat membeli alat-alat perlengkapan belajar yang dibutuhkannya, tempat belajar yang baik mungkin tidak ada tempat belajarnya seadanya saja, keadaan ini akan menimbulkan kekecewaan yang mendalam dalam hati anak menyebabkan dia mundur, segan untuk belajar dengan baik.”

Sehubungan dengan pernyataan di atas dapat dihubungkan dengan letak sekolah yang jauh dari jarak pusat kota, selain itu keadaan ekonomi orang tua yang lemah dan tidak bisa melengkapi kebutuhan gizi anaknya.

Dari beberapa faktor yang diduga mempengaruhi hasil belajar sebagaimana di kemukakan diatas. penulis lebih tertarik untuk memilih tentang , Status gizi yang akan diungkapkan hubungan dengan hasil belajar penjasorkes. Oleh karena itu penulis bermaksud meneliti dengan judul “Hubungan Status Gizi Dan Hasil Belajar Penjasorkes siswa-siswi kelas V SD N 13 Purus Padang ”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar penjasorkes siswa - siswi di SD N 13 Purus Padang

1. Status gizi
2. lingkungan
3. Pengetahuan orang tua
4. Latar belakang ekonomi
5. Motivasi belajar
6. Metode mengajar

C. Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan waktu dan dana serta literatur yang tersedia maka Pembahasan dalam penelitian ini hanya berhubungan dengan hubungan status gizi dengan hasil belajar penjasorkes siswa-siswi kelas V di SD N 13 Purus Padang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka dapatlah di amati permasalahan yaitu apakah terdapat hubungan status gizi dengan hasil belajar penjasorkes siswa-siswi kelas V SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat Padang.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pokok permasalahan yang telah diuraikan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan hasil belajar penjasorkes siswa-siswi kelas V SD Negeri 13 Purus Kecamatan Padang Barat Padang.

F. Kegunaan Penelitian

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

1. Penulis untuk mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Siswa-siswi kelas V SD N 13 Purus Padang dan mengkonsumsi makanan yang bergizi.
3. Siswa-siswi kelas V SD N 13 Purus Padang untuk meningkatkan hasil belajar penjasorkes.
4. Sebagai acuan bagi Orang tua untuk dapat memberikan makanan yang mengandung gizi yang baik dalam memenuhi gizi seimbang bagi anak-anaknya.

5. Sebagai bahan bacaan dan literatur (sumber) bacaan bagi mahasiswa di pustaka Universitas Negeri Padang.
6. Sebagai bahan pedoman dan referensi untuk melakukan penelitian lanjutan bagi peneliti baru.