

**PENGARUH STATUS GIZI, TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN
MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR PENJASORKES
PESERTA DIDIK KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI
GUGUS III ALBAS KECAMATAN SUMPUR KUDUS
KABUPATEN SIJUNJUNG**

TESIS



Oleh:

**RONI SAPUTRA
NIM. 14199049**

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
Mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA S2
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*"Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan
Maka apabila kamu telah selesai dari sesuatu urusan
Kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain
Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap"
(Q.S. An-Nasyrah : 6-8)*

*Meski berawal dari keterbatasan kemampuan
Meski setiap kesusahan menyesak dada
Meski usaha harus ku tebus dengan air mata
Namun ku bulatkan tekad ku
Nasehat selalu ku renungkan
Dengan do'a selalu ku panjatkan...*

*Dengan tertatih-tatih ku coba meraih cita-cita
Ku tegarkan hatiku ditengah kebimbangan
Ku langkahkan kaki dengan do'a dan harapan
Begitu banyak tantangan yang telah ku hadapi
Hampir surut langkah ini, namun dengan
Ketabahan ku telurusi juga*

*Kini ku ucapkan...
Alhamdulillah, atas segala rahmat-Mu
Satu perjuangan hidup yang penuh tantangan
Telah dapat ku lalui
Ini bukanlah akhir
Tapi awal dari perjuangan yang lebih berat*

*Hari ini, dengan segenap rasa cinta dan terima kasih
Ku persembahkan karya ini
Buat papa ku Syafruddin, SH. dan
Mama ku Elvijasni, A.Ma. yang selalu menyertai dengan do'a*

*Buat isteri ku tercinta Yuni Lia Desrita, S.Pd.
Yang sangat pengertian dan kasih sayang
Serta anak-anak ku tersayang Embun Farzana Anrori
Dan Bintang Albiansyah Anrori yang ku banggakan*

*Buat Dr. Alwen Bentri, M.Pd. dan Oktarifaldi, M.Pd.
Terima kasih atas bantuan dan dukungannya selama ini*

*Tiada kata terindah yang pantas untuk ku aturkan
Selain mengucapkan Alhamdulillah Hirobbil 'Alamin
Sembah sujud ku hanya kepada Mu ya Allah
Tuntunlah hamba dalam perjalanan panjang ini
Semoga perjuangan ini menjadi amal dan kebaikan
Yang setimpal hendaknya
Amin...*

ABSTRACT

Roni Saputra (2017): The Effect of Nutritional Status, Physical Fitness, and Motivation toward Physical Education (Penjasorkes) Subject in Fifth Grade Students at SDN Gugus III Albas Sumpur Kudus District Sijunjung Regency.

Fifth Grade Students' low score in Physical Education (henceforth PE) at SDN Gugus III Albas Sumpur Kudus District Sijunjung Regency becomes a core problem in this study. The factors influencing this such problem are namely nutritional status, physical status, and motivation. The aim of the study is to reveal the impact of exogenous variables directly, causally, and simultaneously toward endogenous variables.

This study employed quantitative approach by implementing path analysis. Population of the study is all of fifth grade students of SDN Gugus III Albas Sumpur Kudus District Sijunjung Regency which totals 243 students. Proportional stratified random sampling was used to determine 71 students as samples. In collecting the data, height and weight was measured for nutritional status; Indonesian Physical Fitness Test (TKJI) was used to obtain physical status information; questionnaires were administered for exploring students' motivation; and secondary data used to emerge students' score in first semester of 2015/2016 academic year.

The result of the study reveals that (1) nutritional status directly and significantly affects students score in PE because $\text{sig} = 0.000$ is smaller than probability score 0.05 with $\rho_{yx1} = 0.462$ and (2) physical fitness directly and significantly affects students score in PE because $\text{sig} = 0.000$ is smaller than probability score 0.05 with $\rho_{yx2} = 0.727$. (3) Learning motivation directly and significantly affects students score in PE because $\text{sig} = 0.030$ is smaller than probability score 0.05 with $\rho_{yx3} = 0.303$. (4) Nutritional status indirectly affects students score in PE through learning motivation because $\rho_{yx31} = 0.684$ or 46.76%. (5) Physical fitness indirectly affects students score in PE through learning motivation because $\rho_{yx32} = 0.806$ or 64.93%. (6) Nutritional status, physical fitness, and motivation simultaneously affects students score in PE due to R_{square} score = 0.918 and score gained from *Annova* table $F=249.133$ with probability score (sig) = 0.000.

Key Words: Nutritional Status, Physical Fitness, Motivation, Physical Education Subject Result.

ABSTRAK

Roni Saputra (2017) : Pengaruh Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung.

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. Hasil belajar dipengaruhi oleh banyak faktor eksogen diantaranya adalah Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh variabel-variabel eksogen secara langsung, secara kausal dan secara simultan terhadap variabel endogen.

Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan pendekatan Analisis Jalur (*Path Analysis*). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus yang berjumlah 243 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *proportional stratified random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 71 orang. Data dikumpulkan dengan pengukuran tinggi dan berat badan untuk mengukur Status Gizi, Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk mengukur Kebugaran Jasmani, Kuesioner digunakan untuk mengukur Motivasi Belajar serta data sekunder yang digunakan untuk melihat hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik pada semester ganjil Tahun Pelajaran 2015/2016.

Hasil penelitian dan analisis data menunjukkan bahwa: (1) Status Gizi berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Hasil Belajar Penjasorkes karena nilai $\text{sig}=0,000$ lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05, didapat $\rho_{yx1}=0,462$ (2) Kebugaran Jasmani berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Hasil Belajar Penjasorkes diperoleh nilai $\text{sig}=0,000$ lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05, didapat $\rho_{yx2}=0,727$. (3) Motivasi Belajar berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap Hasil Belajar Penjasorkes karena diperoleh nilai $\text{sig}=0,030$ lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05, didapat $\rho_{yx3}=0,303$. (4) Status Gizi berpengaruh secara tidak langsung terhadap Hasil Belajar Penjasorkes melalui Motivasi Belajar karena diperoleh $\rho_{yx31}=0,684$ atau sebesar 46,76%. (5) Kebugaran Jasmani berpengaruh secara tidak langsung terhadap Hasil Belajar Penjasorkes melalui Motivasi Belajar karena diperoleh $\rho_{yx32}=0,806$ atau sebesar 64,93%. (6) Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar berpengaruh secara simultan terhadap Hasil Belajar Penjasorkes karena diperoleh nilai $R_{\text{square}}=0,918$ dan dari tabel *Annova* diperoleh $F=249,133$ dengan probabilitas (sig)=0,000.

Kata Kunci : Status Gizi, Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Hasil Belajar Penjasorkes

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Mahasiswa : **Roni Saputra**
NIM : 14199049

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Alnedral, M.Pd.

NIP. 19600430 198602 1 001

Pembimbing I

 8/2-'17

Dr. Wilda Wellis, SP.,M.Kes.

NIP. 19700512 200501 2 002

Pembimbing II

 3-2-2017



Program Studi Pendidikan Olahraga S2
Ketua,

Prof. Dr. Syafrizar, M.Pd.

NIP. 19600919 198703 1 003



Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO.

NIP. 19500521 197903 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAAHRAGA S2**

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Dr. Alnedral, M.Pd.</u> NIP. 19600430 198602 1 001 (Ketua)	 _____
2.	<u>Dr. Wilda Wellis, SP.,M.Kes.</u> NIP. 19700512 200501 2 002 (Sekretaris)	 _____
3.	<u>Prof. Dr. Mudjiran, MS.,Kons.</u> NIP. 19490609 197803 1 001 (Anggota)	 _____
4.	<u>Prof. Dr. Gusril, M.Pd.</u> NIP. 19580816 198603 1 004 (Anggota)	 _____
5.	<u>Dr. Damrah, M.Pd.</u> NIP. 19621112 198710 1 002 (Anggota)	 _____

Mahasiswa

Mahasiswa : Roni Saputra
NIM : 14199049
Tanggal Ujian : 19 Agustus 2016

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul: “Pengaruh Status Gizi, Tingkat Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun Universitas lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis saya ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2017
Saya Yang Menyatakan,



RONI SAPUTRA
NIM. 14199049

KATA PENGANTAR

Syukur *Alhamdulillah* penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Pengaruh Status Gizi, Tingkat Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung”. Tujuan penulisan Tesis ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan Tesis ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan, arahan dan masukan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Alnedral, M.Pd., sebagai Pembimbing I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam menyelesaikan penulisan Tesis ini.
2. Dr. Wilda Welis, S.P.,M.Kes., sebagai Pembimbing II yang telah memberikan masukan serta arahan dalam menyelesaikan penulisan Tesis ini.
3. Prof. Dr. Mudjiran, M.S.Kons., Prof. Dr. Gusril, M.Pd., dan Dr. Damrah, M.Pd., sebagai penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan Tesis ini.
4. Prof. Drs. Ganefri, M.Pd.,Ph.D. sebagai Rektor Universitas Negeri Padang.
5. Drs. Syafrizal, M.Pd., sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

6. Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS.,AIFO., sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Dosen staf pengajar pada Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dan motivasi dalam penulisan Tesis ini.
8. Karyawan tata usaha yang telah memberikan kemudahan, pelayanan dan memfasilitasi penulis dalam menyelesaikan Tesis ini.
9. Kepala UPTD Pendidikan Kecamatan Sumpur Kudus yang memberi kesempatan untuk melakukan penelitian.
10. Kepala Sekolah dan majelis guru Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus yang telah banyak membantu dalam kelancaran penelitian ini.
11. Orangtua, Mama (Elvijasni, A.Ma.) dan Papa (Syafruddin, SH.) tercinta yang telah mendo'akan dan memberikan dorongan moril dan materil dalam menyelesaikan Tesis ini.
12. Isteri tercinta (Yuni Lia Desrita, S.Pd.) dan anak-anakku tersayang (Embun Farzana Anrori dan Bintang Albiansyah Anrori) yang telah memberikan dorongan, semangat dan motivasi dalam menyelesaikan Tesis ini.
13. Teman-teman mahasiswa BP 2014 dan BP 2013 Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan masukan dalam menyelesaikan Tesis ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis. Akhir kata, penulis ucapkan terima kasih.

Padang, Februari 2017

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS.....	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR GRAFIK	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Pembatasan Masalah	14
D. Perumusan Masalah	14
E. Tujuan Penelitian	15
F. Kegunaan Hasil Penelitian	16
 BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	 18
A. Hakikat Teoritik	18
1. Hasil Belajar	18
2. Status Gizi	36
3. Kebugaran Jasmani	41
4. Motivasi Belajar	50
B. Hasil Penelitian yang Relevan	60
C. Kerangka Konseptual	61
D. Hipotesis Penelitian	69
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	 70
A. Metode dan Desain Penelitian	70
B. Tempat dan Waktu Penelitian	71
C. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	71
1. Populasi	71
2. Sampel	72

D. Teknik Pengumpulan Data	74
1. Hasil Belajar	74
2. Status Gizi	77
3. Kebugaran Jasmani	79
4. Motivasi Belajar	81
E. Teknik Analisis Data	84
1. Analisis Deskriptif	84
2. Uji Persyaratan Analisis	88
F. Hipotesis Statistika	89
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	92
A. Deskripsi Data.....	92
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data	101
C. Pengujian Hipotesis.....	104
D. Pembahasan Hasil Penelitian	111
E. Keterbatasan Penelitian	122
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	123
A. Kesimpulan	123
B. Implikasi.....	126
C. Saran.....	128
DAFTAR RUJUKAN	130
LAMPIRAN.....	133
SURAT IZIN PENELITIAN.....	225
RIWAYAT HIDUP	237

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Nilai Evaluasi Murni Mata Pelajaran Penjasorkes Semester I Tahun Pelajaran 2015/2016	5
2. AKG Untuk Anak Laki-laki.....	38
3. AKG Untuk Anak Perempuan	38
4. Populasi Penelitian.....	71
5. Sampel Penelitian.....	73
6. Kisi-Kisi Instrumen Hasil Belajar Penjasorkes.....	76
7. Kisi-Kisi Instrumen Status Gizi	77
8. Kisi-Kisi Instrumen Kebugaran Jasmani	80
9. Kisi-Kisi Instrumen Motivasi Belajar	82
10. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks	85
11. Penilaian TKJI Untuk Putra Usia 10 -12 Tahun	86
12. Penilaian TKJI Untuk Putri Usia 10 -12 Tahun	86
13. Norma Klasifikasi Tingkat Kebugaran	86
14. Interpretasi Skor Untuk Menyimpulkan Hasil Penelitian	88
15. Rangkuman Deskripsi Data Penelitian	92
16. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar (Y).....	93
17. Distribusi Frekuensi Variabel Status Gizi (X1)	95
18. Distribusi Frekuensi Variabel Kebugaran Jasmani (X2)	97
19. Distribusi Frekuensi Variabel Motivasi Belajar (X3).....	99
20. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Penelitian	101
21. Hasil Uji Homogenitas Variabel Y Atas Varian X1, X2 dan X3	102
22. Hasil Uji Linearitas Variabel Y Atas Varian X1, X2 dan X3.....	103

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	68
2. Desain Penelitian	70
3. Koefisien Jalur Struktur 1	104
4. Koefisien Jalur Struktur 2	105
5. Hubungan Struktural Status Gizi, Kebugaran Jasmani, dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes.....	109

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Histogram Hasil Belajar Penjasorkes	94
2. Histogram Status Gizi.....	96
3. Histogram Kebugaran Jasmani	98
4. Histogram Motivasi Belajar.....	100

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Formulir TKJI.....	133
2. Kisi-Kisi Angket Motivasi Belajar Saat Uji Coba.....	134
3. Angket Motivasi Belajar Saat Uji Coba	135
4. Tabulasi Angket Motivasi Belajar Saat Uji Coba	139
5. Validitas Angket Motivasi Belajar Saat Uji Coba.....	142
6. Reliabilitas Angket Motivasi Belajar Saat Uji Coba	145
7. Angket Motivasi Belajar Saat Penelitian.....	148
8. Data Hasil Belajar Penjasorkes Peserta Didik.....	151
9. Data Status Gizi Peserta Didik	152
10. Data Kebugaran Jasmani Peserta Didik.....	154
11. Data Motivasi Belajar Peserta Didik	158
12. Rekapitulasi Data Mentah Penelitian.....	162
13. Rekapitulasi Data Mentah Diubah Manjadi T-Skor	164
14. Uji Normalitas Data Penelitian.....	168
15. Uji Homogenitas Data Penelitian	193
16. Uji Linearitas Data Penelitian.....	203
17. Pengujian Hipotesis Penelitian	205
18. Daftar Tabel	209
19. Dokumentasi Penelitian	219

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengembangan manusia Indonesia pada hakikatnya adalah salah satu upaya yang dilakukan secara sadar, berencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Upaya tersebut memiliki peranan strategis dalam kerangka pembangunan bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha mempersiapkan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan di masa yang akan datang. Salah satu wahana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia tersebut adalah pendidikan.

Pendidikan mempunyai fungsi dan tujuan sebagaimana yang dinyatakan dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab II pasal 3 yaitu:

"Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab."

Berdasarkan fungsi dan tujuan yang dijabarkan sebelumnya, jelas bahwa pendidikan nasional merupakan suatu usaha yang strategis untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban sumber daya manusia. Melalui pendidikan diharapkan peserta didik dapat menjadi manusia Indonesia yang cakap dan memiliki kemampuan yang mumpuni di

bidangnya masing-masing. Tujuan dan fungsi pendidikan nasional di atas, akan tercapai apabila ada tanggung jawab dari semua pihak, baik peserta didik, orang tua, guru, pemerintah dan lembaga sekolah serta masyarakat.

Salah satu upaya untuk mencapai fungsi pendidikan Nasional adalah dengan memasukkan unsur olahraga ke dalam proses pendidikan di sekolah melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Mata pelajaran Penjasorkes di sekolah memiliki tujuan-tujuan yang hendak dicapai, dimana hal ini mengacu kepada pertumbuhan dan berkembang jasmani, mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat. Sesuai dengan yang dijelaskan dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pada Bab I Pasal 1 poin 11 menyatakan bahwa:

“Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani”.

Pendidikan jasmani merupakan bagian pendidikan keseluruhan di sekolah yang mengutamakan pertumbuhan dan pengembangan tiga ranah yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotor peserta didik. Penjasorkes adalah suatu proses pembelajaran yang dilakukan melalui aktivitas jasmani, yang dirancang terstruktur yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka untuk mencapai tujuan dari pendidikan secara nasional.

Guru atau pengajar adalah salah satu komponen penting yang menentukan keberhasilan peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar. Guru memiliki peranan yang sangat vital dalam kegiatan pembelajaran di kelas. Guru diharapkan mampu merancang model pembelajaran Penjasorkes yang mengandung unsur-unsur karakteristik yang dimiliki oleh anak, sehingga terjadinya perubahan tingkah laku dan berkembangnya kemampuan akademik yang dimiliki peserta didik. Perubahan tingkah laku serta perkembangan kemampuan akademik yang dialami peserta didik selama mengikuti proses pembelajaran di sekolah kemudian dituangkan dalam simbol, angka ataupun huruf yang melambangkan hasil yang telah dicapai peserta didik selama periode tertentu, yang mana inilah yang dimaksud dengan hasil belajar. Purwanto (2011:46) mendefinisikan hasil belajar sebagai perubahan perilaku peserta didik akibat belajar. Perubahan perilaku disebabkan karena dia (peserta didik) mencapai penguasaan atas sejumlah bahan yang diberikan dalam proses belajar mengajar.

Hasil belajar dalam pembelajaran Penjasorkes merupakan sesuatu yang telah dicapai oleh peserta didik setelah mengikuti proses belajar mengajar di sekolah. Hasil belajar yang baik adalah hasil belajar yang diperoleh peserta didik sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). KKM merupakan kriteria ketuntasan belajar minimal yang ditentukan oleh masing-masing satuan pendidikan dengan mempertimbangkan karakteristik Kompetensi Dasar yang akan dicapai, daya dukung, dan karakteristik peserta didik.

Hasil belajar peserta didik tersebut dapat diperoleh dengan mengadakan evaluasi, dimana evaluasi itu merupakan bagian dari kegiatan belajar mengajar. Seorang peserta didik dapat dikatakan berhasil dalam belajar apabila terjadi perubahan tingkah laku didalam dirinya, baik dalam bentuk pengetahuan, keterampilan maupun dalam bentuk sikap dan nilai positif. Oleh karena itu, guru selaku tenaga pengajar dan pendidik sangat mengharapkan agar setiap peserta didik yang mengikuti proses pembelajaran memiliki keinginan yang kuat, serius, tekun serta rajin agar mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

Pemerintah Daerah, dalam hal ini Dinas Pendidikan memikul tanggung jawab dalam mewujudkan fungsi dan tujuan pendidikan nasional di daerah. Unit Pelaksana Teknis Dinas (UPTD) Pendidikan merupakan perpanjangan tangan Dinas Pendidikan Kabupaten/Kota pada tingkat kecamatan. UPTD Pendidikan Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung menaungi 29 Sekolah Dasar yang terbagi dalam tiga gugus binaan, yaitu Gugus I Maju Bersama, Gugus II Star dan Gugus III Albas. Gugus III Albas terdiri dari 9 Sekolah Dasar Negeri yang tersebar dalam lima nagari di Kecamatan Sumpur Kudus. Guru Penjasorkes pada Sekolah Dasar Negeri yang tergabung dalam Gugus III Albas umumnya sudah sarjana dan memiliki sertifikat pendidik. Meskipun demikian hasil belajar Penjasorkes yang diraih oleh peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri yang tergabung Gugus III Albas ini masih tergolong rendah.

Dari observasi awal yang dilakukan di Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus diperoleh data hasil belajar Nilai Evaluasi Murni (NEM) peserta didik pada mata pelajaran Penjasorkes pada Ujian Akhir Semester (UAS) semester I Tahun Pelajaran 2015/2016. Untuk lebih jelasnya data hasil belajar Penjasorkes dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Nilai Evalausi Murni Mata Pelajaran Penjasorkes Semester I Tahun Pelajaran 2015/2016 Kelas V Gugus III Albas.

No.	Nama Sekolah	Jmlh. Siswa	KKM	Rata-Rata	Tuntas		Tidak Tuntas	
					Jmlh.	%	Jmlh.	%
1	SDN 1 Sumpur Kudus	27	70	70,52	14	51,85	13	48,15
2	SDN 2 Unggan	33	75	75,70	18	54,55	15	45,45
3	SDN 5 Silantai	19	70	71,16	8	42,11	11	57,89
4	SDN 9 Manganti	22	75	74,83	12	54,55	10	45,45
5	SDN 10 Sumpur Kudus	23	75	74,87	12	52,17	11	47,83
6	SDN 12 Sumpur Kudus	32	75	74,31	14	43,75	18	56,25
7	SDN 15 Unggan	37	75	75,35	19	51,35	18	48,65
8	SDN 16 Silantai	27	70	69,85	11	40,74	16	59,26
9	SDN 24 Sumpur Kudus	23	70	72,43	13	56,52	10	43,48
Rata-Rata					49,73%		50,27%	

Sumber: Guru Mata Pelajaran Penjasorkes Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus.

Berdasarkan Tabel 1 di atas, tergambar bahwa hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Penjasorkes Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas masih tergolong rendah. Peserta didik yang tidak tuntas rata-rata 50,27% untuk setiap sekolah. Hal ini disebabkan karena sebaran hasil belajar peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas tidak merata. Pada tabel terlihat bahwa ada beberapa sekolah yang memperoleh tingkat ketuntasan yang rendah. Pada SDN 5 Silantai dari 19 peserta didik hanya 8 orang atau sebesar 42,11% yang memperoleh nilai tuntas. Pada SDN 12

Sumpur Kudus dari 32 peserta didik hanya 14 orang atau sebesar 43,75% yang memperoleh nilai tuntas dan pada SDN 16 Silantai dari 27 peserta didik hanya 11 orang atau 40,74% yang memperoleh nilai tuntas. Hal inilah yang menyebabkan rata-rata nilai peserta didik rendah secara keseluruhan.

Tercapainya hasil belajar yang optimal harus memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan oleh masing-masing sekolah. Jika peserta didik dapat mencapai atau melebihi nilai tersebut, maka peserta didik dinyatakan berhasil dalam pembelajaran. Sebaliknya jika peserta didik tidak dapat mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), maka peserta didik dinyatakan gagal dalam sebuah pembelajaran. Dalam kenyataan yang terjadi masih banyak peserta didik yang tidak dapat mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan oleh sekolah.

Rendahnya hasil belajar peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas juga dibuktikan dengan rekap data Nilai Evaluasi Murni (NEM) Mata Pelajaran Penjasorkes Ujian Akhir Semester I Kelas V se-Kecamatan Sumpur Kudus yang dilakukan oleh pengawas Olahraga UPTD Pendidikan Kecamatan Sumpur Kudus. NEM Mata Pelajaran Penjasorkes Ujian Akhir Semester I Kelas V peserta didik Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas berada pada peringkat ke 3 dari 3 gugus dibawah naungan UPTD Pendidikan Kecamatan Sumpur Kudus dengan rata-rata nilai 73,22 sedangkan gugus yang berada pada peringkat pertama dengan rata-rata NEM Mata Pelajaran Penjasorkes Kelas V 78,63.

Sekolah Dasar Negeri yang tergabung dalam Gugus III Albas tersebar pada lima nagari dalam Kecamatan Sumpur Kudus yaitu Nagari Unggan, Silantai, Sumpur Kudus, Sumpur Kudus Selatan dan Nagari Manganti yang berjarak lebih dari 37 Km dari pusat Kecamatan Sumpur Kudus. Pada umumnya masyarakat pada lima nagari ini berprofesi sebagai petani dengan tingkat penghasilan menengah kebawah.

Pada umumnya Sekolah Dasar Negeri yang tergabung dalam Gugus III Albas memiliki sarana dan prasarana pendidikan yang sudah cukup lengkap untuk menunjang proses pembelajaran Penjasorkes. Sebagian besar guru Penjasorkes yang mengajar di Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas merupakan guru yang sudah sarjana dan profesional yang sudah memiliki sertifikat pendidik. Letak sekolah berada di pedesaan dengan suasana perbukitan yang jauh dari keramaian dan kebisingan membuat proses belajar mengajar menjadi nyaman dan sejuk. Seharusnya kondisi tersebut dapat menjadikan proses pembelajaran Penjasorkes lebih optimal yang akan berdampak pada peningkatan hasil belajar Penjasorkes peserta didik. Namun kenyataannya hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V pada Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas masih di bawah gugus lain.

Untuk mendapatkan hasil belajar yang memuaskan pada pembelajaran Penjasorkes, setiap peserta didik harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar. Djaali (2012:101) berpendapat bahwa:

“Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar, yaitu faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar berasal dari dalam diri (faktor internal) dan ada dari luar dirinya (faktor eksternal). Faktor internal meliputi motivasi, sikap, minat, intelegensi, kebiasaan belajar, konsep

diri. Faktor eksternal meliputi guru, orang tua, sarana dan prasarana pembelajaran, kurikulum sekolah”.

Selanjutnya, Djamarah (1994:32) menyatakan bahwa “hasil belajar siswa dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya; kesehatan, motivasi (intrinsik dan ekstrinsik), status gizi, kesegaran jasmani, minat belajar, ekonomi, dukungan orang tua, dan lain sebagainya”. Dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi hasil belajar dapat bersumber dari internal dan eksternal peserta didik. Faktor internal yang berasal dari dalam diri peserta didik yang dapat mempengaruhi prestasi belajarnya, diantaranya adalah minat, motivasi, tingkat kebugaran jasmani dan status gizi peserta didik. Sedangkan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prestasi belajar seseorang yang berasal dari luar diri peserta didik tersebut diantaranya sarana dan prasarana, kompetensi guru, faktor ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan sebagainya.

Faktor status gizi yang dimiliki oleh seorang peserta didik diduga memiliki hubungan yang erat dengan hasil belajar yang nantinya akan mereka peroleh. Kekurangan gizi akan menyebabkan beberapa efek seperti kegagalan pertumbuhan fisik, menurunkan perkembangan kecerdasan, kekurangan gairah belajar, cepat lelah, mengantuk dan sering sakit yang akan berpengaruh pada prestasi dan hasil belajar.

Demikian juga dengan faktor kebugaran jasmani, dengan kondisi fisik yang baik dan bugar maka peserta didik akan lebih konsentrasi dalam pembelajaran. Peserta didik yang memiliki kebugaran jasmani yang baik akan bersemangat dan aktif dalam mengikuti proses belajar mengajar. Semakin

bagus tingkat kebugaran jasmani peserta didik semakin tinggi kemampuan dan kemauan belajar.

Faktor lain yang diduga mempengaruhi hasil belajar adalah motivasi belajar. Peserta didik dengan motivasi belajar yang tinggi baik itu motivasi yang berasal dari dalam (motivasi intrinsik) maupun motivasi yang berasal dari luar (motivasi ekstrinsik) cenderung akan mendapatkan hasil belajar yang memuaskan dan sebaliknya peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang rendah akan mendapatkan hasil belajar yang kurang memuaskan.

Namun meskipun motivasi belajar yang dimiliki oleh peserta didik tinggi jika tidak diiringi dengan status gizi dan kebugaran jasmani yang baik, maka hal ini rasanya akan sedikit sia-sia. Peserta didik memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar, kalau loyo, mudah lelah, emosi yang tidak stabil, pemalas dan mudah tersinggung serta sering tidak masuk sekolah lantaran sakit hal ini tentu saja akan mempengaruhi hasil belajarnya. Tidak mungkin ia akan memperoleh hasil belajar yang memuaskan.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait rendahnya hasil belajar Penjasorkes yang diperoleh oleh peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung. Melalui penelitian ini nantinya peneliti berharap agar dapat memecahkan dan mencari solusi terhadap permasalahan yang sedang terjadi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan sebelumnya, terdapat beberapa faktor yang diduga mempengaruhi hasil belajar Penjasorkes. Adapun faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

1. Apakah minat berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Minat adalah suatu kondisi yang dimana seseorang mempunyai perhatian terhadap sesuatu dan ia berupaya untuk mencari tahu hal tersebut. Peserta didik yang mempunyai minat yang tinggi dalam belajar akan berupaya mencari hal-hal baru terkait pembelajaran meskipun tanpa ditugaskan oleh guru. Faktor minat diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

2. Apakah motivasi belajar berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Motivasi belajar merupakan faktor penting yang menentukan tercapainya hasil belajar yang maksimal, baik motivasi yang timbul dari diri sendiri maupun motivasi yang timbul dari luar diri peserta didik. Peserta didik yang termotivasi untuk belajar akan giat belajar dan aktif dalam proses pembelajaran serta antusias menyimak penjelasan guru dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Faktor motivasi belajar diduga berpengaruh

terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

3. Apakah kebugaran jasmani berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Kebugaran jasmani merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar. Peserta didik yang bugar akan bersemangat dan mempunyai konsentrasi dan fokus terhadap materi pelajaran yang diajarkan oleh guru. Oleh karena itu, untuk mendapatkan hasil belajar yang maksimal harus memiliki kebugaran jasmani yang baik. Faktor kebugaran jasmani diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

4. Apakah status gizi berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Status gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Hal ini dapat dilihat bahwa status gizi merupakan ukuran keadaan gizi seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi makanan. Status gizi juga dapat mempengaruhi derajat kebugaran seseorang, dan mempunyai energi yang banyak untuk mengikuti pembelajaran. Faktor status gizi diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

5. Apakah sarana dan prasarana berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Sarana dan prasarana merupakan faktor ekstrinsik yang berhubungan dengan hasil belajar yang diperoleh peserta didik. Sarana dan prasarana ini meliputi peralatan yang dapat digunakan untuk aktivitas pembelajaran di sekolah. Sarana dan prasarana yang lengkap dan memadai akan menunjang terlaksananya proses pembelajaran yang optimal. Faktor sarana dan prasarana diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

6. Apakah kompetensi guru berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Kompetensi guru berhubungan dengan hasil belajar yang diperoleh peserta didik. Guru yang kompeten wajib memiliki 4 kompetensi, yaitu kompetensi pedagogik, sosial, professional dan kepribadian. Dengan memiliki keempat kompetensi ini diharapkan guru dapat menyajikan pembelajaran dengan cara yang menarik sehingga peserta didik yang mengikuti pembelajaran menjadi tertarik dan lebih bersemangat. Faktor kompetensi guru diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

7. Apakah pendidikan orang tua berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Faktor pendidikan orang tua memiliki pengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Peserta didik dengan orang tua yang memiliki pendidikan dan wawasan yang luas akan dapat membimbing, mengawasi dan membantu belajar peserta didik di rumah dikarenakan mereka paham dan mengerti manfaat belajar dengan sungguh-sungguh untuk mencapai hasil belajar yang lebih baik. Faktor pendidikan orang tua diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

8. Apakah lingkungan sekolah berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Faktor lingkungan sekolah memiliki pengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Lingkungan sekolah yang aman, bersih dan rapi akan membuat peserta didik nyaman dalam mengikuti proses pembelajaran. Faktor lingkungan sekolah diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

9. Apakah lingkungan masyarakat berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

Lingkungan masyarakat memiliki hubungan dengan hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik. Peserta didik yang tinggal dilingkungan masyarakat yang peduli dengan pendidikan akan membentuk kepribadian peserta didik yang juga peduli dengan pendidikan. Faktor lingkungan masyarakat diduga berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat begitu banyaknya masalah yang teridentifikasi dan kompleksnya masalah yang berkaitan dengan hasil belajar, maka untuk lebih fokus dan terarahnya penelitian ini sesuai sasaran yang diinginkan maka peneliti membatasi variabel-variabel yang diduga mempengaruhi hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung. Adapun variabel yang dibatasi adalah status gizi, kebugaran jasmani serta motivasi belajar sebagai variabel bebas dan hasil belajar Penjasorkes sebagai variabel terikat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, indentifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka permasalahan penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a. Apakah status gizi berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

- b. Apakah kebugaran jasmani berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?
- c. Apakah motivasi belajar berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?
- d. Apakah status gizi berpengaruh secara tidak langsung terhadap hasil belajar Penjasorkes melalui motivasi belajar peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?
- e. Apakah kebugaran jasmani berpengaruh secara tidak langsung terhadap hasil belajar Penjasorkes melalui motivasi belajar peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?
- f. Apakah status gizi, Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar berpengaruh secara simultan terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah, maka tujuan penelitian yang akan dicapai adalah untuk mengungkapkan pengaruh langsung atau pengaruh tidak langsung:

1. Status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung.
2. Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung.
3. Motivasi belajar terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung.
4. Status gizi melalui motivasi belajar terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung.
5. Kebugaran jasmani melalui motivasi belajar terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung.
6. Status gizi, kebugaran jasmani dan Motivasi Belajar secara simultan terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Untuk memperkaya pengetahuan dan pemahaman konsep serta teori tentang pengaruh status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar

Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung.

- b. Sebagai sumbangan pikiran dalam khasanah intelektual bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- c. Hasil temuan ini selanjutnya dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan.

2. Manfaat Praktis

- a. Sekolah, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan hasil belajar Penjasorkes peserta didik.
- b. Guru, sebagai bahan masukan untuk melaksanakan tugas secara efektif dan efisien dalam meningkatkan hasil belajar Penjasorkes peserta didik yang setinggi-tingginya.
- c. Peserta didik, dalam upaya peningkatan pengetahuan dan informasi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar Penjasorkes.
- d. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh langsung dan signifikan Status Gizi terhadap Hasil Belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. Diperoleh hasil koefisien jalur $\rho_{YX1} = 0,462$ atau sebesar 21,34%. Status gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Hal ini dapat dilihat bahwa status gizi merupakan ukuran keadaan gizi seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi makanan. Status gizi juga dapat mempengaruhi derajat kebugaran seseorang, dan mempunyai energi yang banyak untuk mengikuti pembelajaran. Peserta didik dengan tingkat status gizi yang baik akan mendapatkan hasil belajar yang baik pula dikarenakan ia lebih aktif dalam proses pembelajaran.
2. Terdapat pengaruh langsung dan signifikan Kebugaran Jasmani terhadap Hasil Belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. Didapatkan hasil koefisien jalur $\rho_{YX2} = 0,727$ atau sebesar 52,85%. Kebugaran jasmani merupakan salah satu faktor fisiologis yang berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar Penjasorkes. Dengan

kondisi fisik yang baik dan bugar maka peserta didik akan lebih konsentrasi dalam pembelajaran. Peserta didik yang memiliki kebugaran jasmani yang baik akan bersemangat dan aktif dalam mengikuti proses belajar mengajar Penjasorkes.

3. Terdapat pengaruh langsung dan signifikan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. Didapatkan hasil koefisien jalur $\rho_{YX3} = 0,303$ atau sebesar 9,18%. Motivasi belajar merupakan salah satu faktor psikologis yang berpengaruh terhadap hasil belajar yang akan diperoleh oleh peserta didik. Peserta didik yang mempunyai motivasi tinggi akan melakukan sesuatu dengan penuh semangat, terarah dan penuh rasa percaya diri. Hal ini berlaku juga pada kegiatan belajar peserta didik. Peserta didik yang mempunyai motivasi belajar yang tinggi akan lebih bersemangat dalam kegiatan belajarnya, dengan semangat tinggi serta bersungguh-sungguh dalam belajar, maka hasil belajar yang diperoleh akan meningkat lebih optimal lagi.
4. Terdapat pengaruh tidak langsung Status Gizi terhadap Hasil Belajar Penjasorkes melalui Motivasi Belajar peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. Besarnya pengaruh Status Gizi terhadap Hasil Belajar Penjasorkes melalui Motivasi Belajar adalah 0,684 atau sebesar 46,76%. Status gizi merupakan salah satu faktor fisiologis yang mempengaruhi hasil belajar. Peserta didik

dengan status gizi yang baik akan lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran. Demikian juga dengan motivasi belajar, yang merupakan keseluruhan daya atau dorongan penggerak yang berasal dari dalam diri maupun yang berasal dari luar diri peserta didik untuk menimbulkan kegiatan-kegiatan belajar, yang menjamin kegiatan kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah kepada belajar sehingga tujuan yang dikehendaki dapat tercapai. Namun meskipun motivasi belajar yang dimiliki oleh peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran tinggi juga harus diiringi dengan status gizi yang baik, karena status gizi juga ikut mempengaruhi hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik. Meskipun seorang peserta didik memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar, kalau loyo dan sering tidak masuk sekolah lantaran sakit hal ini tentu saja akan mempengaruhi hasil belajarnya.

5. Terdapat pengaruh tidak langsung Kebugaran Jasmani terhadap Hasil Belajar Penjasorkes melalui Motivasi Belajar peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. Besarnya pengaruh Kebugaran Jasmani terhadap Hasil Belajar Penjasorkes melalui Motivasi Belajar adalah 0,806 atau sebesar 64,93%. Kebugaran Jasmani merupakan salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes. Dalam aktivitas pembelajaran tujuan yang hendak dicapai adalah hasil belajar yang optimal. Apabila kondisi tubuh peserta didik kurang baik, maka tidak akan memiliki kesiapan yang memadai untuk memulai tindakan belajar.

Demikian juga motivasi belajar yang mempunyai peranan penting dalam memberi rangsangan, semangat dan rasa senang dalam belajar sehingga yang mempunyai motivasi tinggi mempunyai energi yang banyak untuk belajar. Peserta didik yang mempunyai kebugaran jasmani yang baik apabila ditunjang dengan motivasi belajar yang tinggi akan mendapatkan hasil belajar yang optimal.

6. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Status Gizi, Kebugaran Jasmani, dan Motivasi Belajar secara simultan terhadap Hasil Belajar Penjasorkes peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. Diperoleh nilai $R_{\text{square}} = 0,918$ atau sebesar 91,80%. Status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap hasil belajar Penjasorkes. Peserta didik dengan status gizi yang normal dan kebugaran jasmani yang baik serta ditunjang dengan motivasi belajar yang tinggi akan lebih bersemangat, aktif, bergairah, serta mempunyai energi yang cukup dalam belajar sehingga hasil belajar Penjasorkes akan tercapai dengan baik.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memiliki implikasi sebagai berikut:

1. Diperolehnya hasil penelitian bahwa Status Gizi berpengaruh secara langsung maupun tidak langsung yang signifikan terhadap Hasil Belajar Penjasorkes. Maka perlu adanya upaya untuk meningkatkan Status Gizi

peserta didik dengan cara memperhatikan kebutuhan zat gizi dengan mengelola makanan sehat untuk anak. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman guru, orang tua dan peserta didik tentang gizi seimbang. Membiasakan peserta didik untuk sarapan sebelum berangkat sekolah, membudayakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta memaksimalkan peranan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai unit kesehatan yang ada di sekolah.

2. Diperolehnya hasil penelitian bahwa Kebugaran Jasmani berpengaruh secara langsung maupun tidak langsung yang signifikan terhadap Hasil Belajar Penjasorkes. Maka perlu adanya upaya untuk meningkatkan Kebugaran Jasmani peserta didik salah satu caranya adalah dengan melakukan berbagai bentuk latihan fisik atau jasmani secara teratur. Menkonsumsi makanan yang cukup dan bergizi. Fungsi makanan di dalam tubuh adalah mendapatkan tenaga, zat-zat pembangun sel tubuh, meningkatkan daya tahantubuh, dan untuk kelancaran segala macam proses yang terjadi di dalam tubuh. Menerapkan berbagai pendekatan dan metode pembelajaran aktifitas jasmani yang tepat dimana keaktifan dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran sekalipun sambil bermain mereka sudah melaksanakan kegiatan jasmani sebagai upaya untuk menjaga kebugaran tubuh. Hal ini sangat bagus untuk melatih kemampuan kognitif, psikomotorik dan afektif siswa.
3. Diperolehnya hasil penelitian bahwa Motivasi Belajar berpengaruh secara langsung maupun tidak langsung yang signifikan terhadap Hasil Belajar

Penjasorkes. Maka diperlukan upaya untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik dengan cara menggairahkan peserta didik, memberikan harapan yang realistis, memberi intensif, dan mengarahkan perilaku peserta didik ke arah yang menunjang tercapainya tujuan pengajaran. Pemberian hadiah dan menciptakan persaingan sesama peserta didik. Guru di sekolah dapat menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi dan menggunakan media pembelajaran yang baik, serta harus sesuai dengan tujuan pembelajaran supaya peserta didik tidak bosan dalam mengikuti proses belajar mengajar.

C. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, dalam upaya meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes peserta didik, dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada guru Penjasorkes, untuk melakukan inovasi dalam proses pembelajaran Penjasorkes guna meningkatkan Kebugaran Jasmani serta Motivasi Belajar Peserta didik yang akan berdampak kepada tercapainya hasil belajar Penjasorkes yang maksimal.
2. Kepada orangtua, untuk lebih memperhatikan konsumsi dan asupan gizi serta pola hidup peserta didik di rumah agar Hasil Belajar Penjasorkes dapat tercapai lebih baik lagi.
3. Kepada peserta didik, agar lebih bersungguh-sungguh lagi dalam belajar dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam keseharian agar mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

4. Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam disebabkan penelitian yang dilakukan ini sangatlah terbatas dari segi variabel, jumlah sampel, dan waktu penelitian. Diduga masih banyak variabel lain yang turut mendukung terhadap Hasil Belajar Penjasorkes agar permasalahan dalam penelitian ini dapat terpecahkan serta solusi yang tepat dapat ditemukan, sehingga Hasil Belajar Penjasorkes dari Peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Gugus III Albas Kecamatan Sumpur Kudus Kabupaten Sijunjung dapat lebih ditingkatkan lagi.

DAFTAR RUJUKAN

- Bafirman. (2013). *Fisiologi Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Basuki, I & Hariyanto. (2014). *Assesment Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Dahono. (2001). *Gizi Dasar*. Bandung: Alfabeth.
- Darmadi, H. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Depdiknas. (2002). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SD*. Jakarta: Depdiknas.
- _____. (2003). *Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 Tentang SISDIKNAS*. Jakarta: Depdiknas.
- Dimiyati & Mujiono. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: DEPDIKBUD.
- Djamarah, S.B. (1994). *Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Farozin. (2011). *Pemahaman Tingkah Laku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gusril. (2015). *Perkembangan Motorik Pada Masa anak-Anak*. Padang: UNP Press.
- Hamalik, Oemar. (2001). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- _____. (2014). *Kurikulum & Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hartati, dkk. (2012). *Pengaruh Asupan Micro Nutrient, Aktivitas Fisik dan Jenis Kelamin Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Penderita Anemia*. Journal of Physical Education and Sports. 1 (2), 156-160.
- Iskandar. (2009). *Psikologi Pendidikan Sebuah Orientasi Baru*. Ciputat: Gaung Persada Press.
- Kemenkes RI. (2011). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta.
- Kunandar. (2013). *Penilaian Autentik (Penilaian Hasil belajar peserta didik berdasarkan kurikulum 2013)*. Depok: Rajagrafindo Persada.
- Letizia. (2000). *Taraf dan Pola Konsumsi*. Jakarta: Rineka Cipta.