

**HUBUNGAN STATUS GIZI TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA DALAM
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMAANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SDN 21 NAGARI LABUAH
PANJANG KECAMATAN X KOTO DIATAS
KABUPATEN SOLOK**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai salah
satu peryaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**YUDA RAHMAD DARSON
NIM. 16086411**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

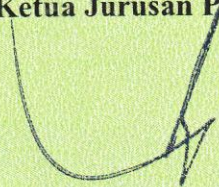
SKRIPSI

Judul : Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok

Nama : Yuda Rahmad Darson
Nim : 16086411
Program Studi : Penjaskesrek
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2021

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Disetujui
Pembimbing



Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Yuda Rahmad Darson
NIM : 16086411

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

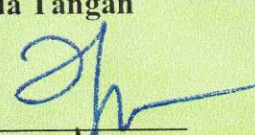
**Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Dalam Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 21
Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas
Kabupaten Solok**

Padang, Februari 2021

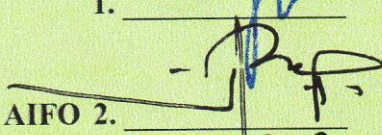
Tim Penguji

Tanda Tangan

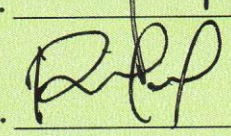
1. Ketua : Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO

1. 

2. Sekretaris : Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO

2. 

3. Anggota : Rika Sepriani, M.Farm. Apt

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok”** adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2021
Yang membuat pernyataan



Yuda Rahmad Darson
NIM. 16086411

ABSTRAK

Yuda Rahmad Darson. 2021. Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok

Masalah dalam penelitian ini adalah masih adanya siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok yang terlihat mengalami masalah dalam pembelajaran Penjasorkes. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara status gizi terhadap hasil belajar siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan februari 2021 di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok yang berjumlah 43 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 43 orang siswa. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan 1) tes pengukuran berat dan tinggi badan untuk mengukur status gizi siswa, dan 2) hasil belajar di peroleh dari nilai rapor siswa pada semester Juli-Desember 2020. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik korelasi product moment atau korelasi sederhana.

Hasil penelitian ini adalah status gizi memiliki hubungan yang signifikan terhadap hasil belajar Penjasorkes bagi siswa-siswi di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok.

Kata kunci: Status Gizi, Hasil Belajar Siswa

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan taufik dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Salawat beriring salam tercurahkan pada junjungan kita yaitu Nabi besar Muhammad SAW.

Skripsi ini berjudul “Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok”, Penulisan skripsi ini untuk memenuhi tugas akhir sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi pada jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa peran serta dari berbagai pihak dalam memberi dorongan, bantuan, dan dukungan baik moril maupun materil kepada penulis, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, dalam kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati, ijinlah penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO, selaku Pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan kepada penelitian dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO dan Ibuk Rika Sepriani, M.Farm. Apt, selaku Tim Penguji yang dapat memberikan masukan dan kritikan, saran yang sangat bermanfaat untuk kelanjutan penelitian dan menyelesaikan skripsi ini.

4. Seluruh bapak bapak dan Ibuk Dosen Staf Pengajar Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Kepada kedua orang tua yang telah mencurahkan seluruh cinta dan kasihnya serta keluarga yang mendoakan dan dukungan.
6. Kepada guru dan siswa SDN 21 Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok yang telah bersedia menjadi sampel pada penelitian ini
7. Kepada teman-teman yang banyak membantu dalam penelitian serta penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh teman-teman seperjuangan terkhusus keluarga besar jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang yang memberikan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga bimbingan, bantuan dan arahan yang telah diberikan akan menjadi amal shaleh dan mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda disisi Allah SWT, Aamiin. Dalam skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna meski penulis telah memaksimalkan kemampuan, karna penulis begitu menyadari keterbatasan dalam diri penulis.

Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan peneliti, semoga Allah senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya bagi kita semua

Padang, Februari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	Viii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Hakekat Hasil Belajar	9
2. Hakekat Status Gizi	18
B. Kerangka Konseptual	26
C. Hipotesis Penelitian.....	27
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian	28
B. Populasi dan Sampel	28
C. Jenis dan Sumber Data	29
D. Defenisi Operasional.....	30
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data Penelitian.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	32

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	35
1. Status Gizi (X)	35
2. Hasil belajar (Y).....	37
B. Uji Persyaratan Analisis.....	38
C. Pengujian Hipotesis.....	39
D. Pembahasan.....	41

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45

DAFTAR PUSTAKA	46
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Populasi Penelitian Siswa Sekolah Dasar Negeri 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok	29
2. Klasifikasi Status Gizi.....	32
3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Status gizi Siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok	34
4. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok	36
5. Uji Normalitas dengan Lilliefors	38
6. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara status gizi terhadap hasil belajar penjasorkes siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	27
2. Histogram Frekuensi Hasil Hasil Data Status Gizi Siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok	35
3. Histogram Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok	37
4. Pengukuran Berat Badan Siswa Putra.....	62
5. Pengukuran Berat Badan Siswa Putri	62
6. Pengukuran Tinggi Badan Siswa Putra.....	63
7. Pengukuran Tinggi Badan Siswa Putri	63
8. Foto bersama dengan guru beserta siswa di hari pertama penelitian	64
9. Foto bersama dengan guru beserta siswa di hari kedua penelitian	64

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan di bidang pendidikan bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil dan makmur. Untuk mencapai tujuan tersebut, semua pihak yang berkaitan dengan pendidikan, dalam menyelenggarakan dan melaksanakan pendidikan harus berdasarkan kepada Undang-Undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Dalam Bab II Pasal 3 Undang-Undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, berisi tentang Fungsi dan Tujuan Pendidikan Nasional.

“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”.

Kutipan di atas sangat jelas, bahwa pembangunan di bidang pendidikan tidak bisa dibiarkan begitu saja, melainkan harus diperhatikan dengan baik. Untuk mencapai semua itu sangat diperlukan dan dibutuhkan sekali individu yang sehat, segar jasmani dan rohaninya. Salah satu cara yang dapat ditepuh adalah melalui kegiatan belajar mengajar penjasorkes

Sekolah Dasar Negeri 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok sebagai salah satu pendidikan formal di Kabupaten Solok masih tertinggal sekali mutu atau kualitas mata pelajaran

penjasorkesnya dibandingkan Sekolah dasar lainnya di Kabupaten Solok. Hal ini terbukti dari tingkat kemampuan dan hasil belajar penjasorkes yang diperoleh oleh siswa-siswinya. Lebih dari 55% nya siswa-siswi Sekolah Dasar Negeri 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok memperoleh hasil belajar penjasorkes dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal).

Menurut Harmaningsih (2008:25), hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu faktor dari dalam diri sendiri atau faktor internal yakni faktor psikologis dan faktor fisiologis. Dan faktor yang datang dari luar diri siswa atau faktor eksternal (lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan tempat tinggal). Dilihat dari keadaan fisiknya, siswa- siswi Sekolah Dasar Negeri 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok memiliki keadaan fisik yang bervariasi. Ada yang kurus, gemuk, bahkan ada yang obesitas. Akan tetapi ada juga yang memiliki keadaan fisik yang normal.

Keadaan seperti ini dapat dipengaruhi oleh kecukupan gizi yang dimiliki oleh siswa-siswi tersebut. Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam pengembangan kualitas SDM. Kecukupan gizi sangat mempengaruhi terhadap kecerdasan dan produktivitas kerja manusia. Banyak aspek yang berpengaruh terhadap status gizi antara lain aspek pola pangan, sosial budaya dan pengaruh konsumsi pangan (Suhardjo, 2003).

“Status gizi yang baik atau status gizi yang maksimal memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik yang baik, perkembangan otak yang baik,

kemampuan kerja yang optimal, dan memperoleh kesehatan pada tingkat yang tinggi, demikian pula sebaliknya. Jika keadaan status gizi buruk, maka pertumbuhan fisik, perkembangan otak lambat, kemampuan kerja kurang maksimal, dan jauh dari keadaan sehat Sunita Almatsier (2001:19)".

Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk anak yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi badan anak. Status gizi juga didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrisi. (Beck, 2000: 1).

Jadi berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa status gizi adalah suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan. Keseimbangan tersebut dapat dilihat dari variabel pertumbuhan, yaitu berat badan, tinggi badan/panjang badan, lingk kepala, lingk lengan, dan panjang tungkai. Fungsi zat gizi yaitu 1). Memberi Energi untuk tubuh seperti karbohidrat, lemak, dan protein, 2). Pertumbuhan dan Pemeliharaan Jaringan Tubuh seperti protein, mineral, dan air adalah bagian dari jaringan tubuh. Oleh karena itu zat-zat gizi ini sangat diperlukan sekali untuk membentuk sel-sel baru, memelihara, dan mengganti sel-sel tubuh yang rusak, 3). Mengatur Proses Tubuh seperti protein, mineral, air dan vitamin diperlukan untuk mengatur proses tubuh. Protein mengatur keseimbangan air di dalam sel, bertindak sebagai buffer dalam upaya memelihara netralisasi tubuh dan membentuk antibodi sebagai penangkal organisme yang bersifat infeksius dan bahan-bahan asing yang dapat masuk ke dalam tubuh.

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi yakni faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri seseorang. Yang termasuk dalam faktor eksternal yang mempengaruhi status gizi adalah 1).Pendapatan, 2).Pendidikan, 3). Pekerjaan. Sedangkan faktor Internal yang mempengaruhi status gizi antara lain 1). Usia, 2).Kondisi Fisik, 3). Infeksi, 4).Pemeliharaan kesehatan dan 5). Pola Asuh Keluarga. Penilaian Status Gizi dapat dilakukan dengan 1). Antropometri, 2). Klinis, 3). Biokimia, 4). Survey konsumsi makanan, 5). Statistik Vital dan 6. Faktor Ekologi. Namun penilaian secara antropometri dengan mengukur ukuran tubuh manusia yang banyak digunakan Antropometri secara umum digunakan untuk melihat keseimbangan asupan protein dan energi. Melalui pengukuran antropometri, status gizi anak dapat ditentukan apakah anak tersebut tergolong status gizi baik, kurang atau buruk. Status gizi bisa diketahui dengan mengukur BB atau TB.

Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya. Hasil belajar mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran. Proses penilaian terhadap hasil belajar dapat memberikan informasi kepada guru tentang kemajuan siswa dalam upaya mencapai tujuan-tujuan belajarnya melalui kegiatan belajar. Selanjutnya dari informasi tersebut guru dapat menyusun dan membina kegiatan-kegiatan siswa lebih lanjut, baik untuk keseluruhan kelas maupun individu.

Hasil belajar dalam rangka studi dicapai melalui tiga ranah, yakni ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotor. Tipe hasil belajar kognitif lebih

dominan dari pada afektif dan psikomotor karena lebih menonjol, namun hasil belajar psikomotor dan afektif juga harus menjadi bagian dari hasil penilaian dalam proses pembelajaran di sekolah. Jadi dapat disimpulkan hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya.

Penjasorkes adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar pendidikan jasmani diatur dengan cara yang seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah baik itu jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Sebagai implementasinya adalah siswa-siswi dapat melaksanakan pembelajaran penjasorkes secara terencana, bertahap dan berkelanjutan agar dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri, dapat memahami betapa penting dan besar manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup, sehingga akan terbentuk jiwa yang sportif dan gaya hidup sehat serta dengan demikian siswa-siswi dapat menjalankan kewajiban dan tugasnya dengan baik dan optimal. Demi mencapai hasil belajar penjasorkes yang baik dan maksimal.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar penjasorkes adalah kemampuan aktifitas jasmani yang dimiliki oleh siswa dalam proses pengenalan dan pengalaman belajarnya yang telah dilakukan

berulang-ulang yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, kemampuan dan perkembangan ranah jasmani, kognitif, afektif dan psikomotor yang didapatkan selama proses belajar penjasorkes dalam rangka mencapai jiwa yang sehat dan sportif. Serta akan tersimpan dalam jangka waktu lama atau bahkan tidak akan hilang selama-lamanya karena hasil belajar turut serta dalam membentuk pribadi individu yang selalu ingin mencapai hasil yang lebih baik lagi sehingga akan merubah cara berpikir serta menghasilkan perilaku kerja yang lebih baik.

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang ditemukan gejala-gejala atau fenomena-fenomena sebagai berikut: 1) Adanya siswa yang kurang termotivasi dalam belajar. 1) Banyaknya siswa yang terlihat loyo saat melakukan aktifitas pembelajaran di lapangan, 3) siswa sering jajan sembarangan dan kurang memperhatikan gizi yang terkandung dalam makanan tersebut 3) Adanya siswa yang kurang serius dalam mengikuti pembelajaran di kelas maupun di lapangan 4) Adanya siswa yang tidak mengerjakan PRnya di rumah. 4). Adanya siswa yang memperoleh prestasi belajar yang rendah, meskipun anak tergolong dari keluarga yang mampu.

Beranjak dari fenomena-fenomena diatas maka penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian yang berjudul “Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Siswa SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas banyak hal / variabel yang mempengaruhi hasil belajar, maka permasalahan terhadap hasil belajar adalah:

1. Peranan orang tua memiliki hubungan terhadap hasil belajar siswa
2. Perekonomian orang tua memiliki hubungan terhadap hasil belajar siswa
3. Status gizi memiliki hubungan terhadap hasil belajar siswa
4. Sarana dan prasarana Penjasorkes memiliki hubungan terhadap hasil belajar siswa
5. Metode pembelajaran memiliki hubungan terhadap hasil belajar siswa
6. Aktivitas gerak memiliki hubungan terhadap hasil belajar siswa
7. Motivasi peserta didik memiliki hubungan terhadap hasil belajar siswa

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, serta keterbatasan waktu, dana, maka penulis membatasi masalah yang akan diteliti yaitu terdapat hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalahnya yaitu: apakah terdapat hubungan status gizi dengan hasil belajar penjasorkes siswa di Sekolah Dasar Negeri 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa di Sekolah Dasar Negeri 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat :

1. Penulis, salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Sebagai bahan acuan bagi orang tua untuk dapat memberikan makanan yang mengandung energi yang lebih baik dalam memenuhi gizi seimbang.
3. Guru mata pelajaran Penjasorkes dalam penyelenggaraan dan pelaksanaan pembelajaran.
4. Sekolah, bahan masukan dan pedoman dalam mengambil kebijakan dalam pelaksanaan mata pelajaran Penjasorkes.
5. Dinas Pendidikan Kabupaten Solok sebagai masukan pada mata pelajaran Penjasorkes untuk meningkatkan hasil belajar siswa.
6. Sebagai bahan bacaan dan literatur di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Jurusan pendidikan olahraga sebagai bahan literatur untuk penelitian selanjutnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analaisi dan diskusi, maka dapat disimpulkan bahwa secara signifikan status gizi memiliki hubungan yang signifikan terhadap hasil belajar Penjasorkes bagi siswa-siswi di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok.

B. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada :

1. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, khususnya di SDN 21 Nagari Labuah Panjang Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok, supaya mengetahui status gizi siswa karena penting artinya dalam meningkatkan hasil belajar siswa.
2. Orang tua atau wali murid agar memperhatikan kebutuhan gizi anaknya, karena kekurangan gizi dapat mengganggu kesehatan dan berdampak buruk terhadap kesegaran jasmani anak.
3. Siswa agar dapat lebih kreatif dalam bermain dan berolahraga, sehingga dapat meningkatkan kesegaran jasmani.
4. Dinas terkait memberikan sosialisasi pada siswa tentang pemahaman dan kebutuhan gizi serta pengaruhnya terhadap perkembangan dan pertumbuhan siswa. Begitu juga dengan kebebasan anak dalam bermain karena dapat meningkatkan hasil belajarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Umar, S. Abbas, and S. Syahrastrani, "Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes di SD Negeri 40 Sungai Lareh Kota Padang.", *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 64-80, Dec. 2018.
- Almatsir, Sunita. 2001. *Prinsip-Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Beck, (2000). *Bayi, Anak dan remaja, Gizi,dan Nutrisi*. Jurnal Ilmu Gizi (on line) (<http://www.pengertian status gizi.com>).
- Bloom, Beyamin S. (2010). *Kerangka Landasan Untuk Pembelajaran, Pembelajaran dan Asasmen (edisi revisi)* Yogyakarta, Penerbit Pustaka Pelajar.
- Depdiknas .2003. Undang-undang RI No.20 tahun 2003.tentang sistem pendidikan nasional.
- Depkes. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2 tahun 2020: *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi*. Kemenkes.
- Gusril. 2004. Ilmu Gizi Olahraga. FIK UNP
- H. Syampurma, "Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Bagi Siswa-Siswi SMPN 10 Padang", *jm*, vol. 1, no. 2, pp. 71-79, Jul. 2019.
- Harmaningsih. (2008). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar*. Surakarta: SMA Negeri 1 Surakarta. (on line) (<http://www.pengertian status gizi.com>).
- Haryati, Mimin. (2007). *Model dan Teknik Penilaian Pada Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Irianto Pekik, D. (2007). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Mutohir, Cholik T (2004), *Metodik Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Di Sekolah Dasar*, Jakarta, Depdikbud.
- Sanjaya, Wina. (2006). *Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sanjaya, Wina. (2008). *Perencanaan dan desain sistem pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.