

**KONTRIBUSI STATUS GIZI TERHADAP HASIL BELAJAR
PENJASORKES SISWA SMPN 1 HILIRAN GUMANTI
KABUPATEN SOLOK**

SKRIPSI

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



**ZAM HARIR
NIM. 14086150**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Kontribusi Status Gizi terhadap Hasil Belajar
Penjasorkes Siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti
Kabupaten Solok

Nama : Zam Harir

NIM : 14086150

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

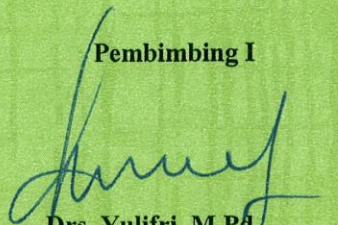
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2018

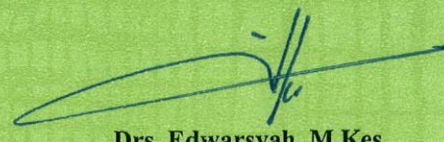
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP.195907051985031002

Pembimbing II



Drs. Edwarsyah, M.Kes
NIP.195912311988031019

Ketua Jurusan



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP.196112301988031003

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

Judul : Kontribusi Status Gizi terhadap Hasil Belajar
Penjasorkes Siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten
Solok

Nama : Zam Harir
NIM/BP : 14086150/2014
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2018

Tim Penguji :

Tanda Tangan

1. Ketua: Drs. Yulifri, M.Pd

1.

2. Sekretaris: Drs. Edwarsyah, M.Kes

2.

3. Anggota: Dr. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO

3.

4. Anggota: Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd

4.

5. Anggota: Dr. Zainul Johor, M.Pd

5.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Februari 2018

Yang menyatakan,



Zam Harir

NIM. 14086150



ZAM HARIR
14086150
PENDIDIKAN OLAKHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAKHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

ABSTRAK

Zam Harir, 14086150 : “Kontribusi Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) Bagi Siswa Siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok”.

Permasalahan yang terjadi dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil status gizi siswa Siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat seberapa besar kontribusi status gizi terhadap hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) bagi siswa dan secara keseluruhan dari siswa-siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.

Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Populasi penelitian ini adalah siswa siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok pada tahun pelajaran 2016/2017 yang berjumlah 62 orang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik “*Random Sampling*”. Instrument yang digunakan untuk memperoleh data status gizi dengan cara mengukur tinggi badan dan berat badan siswa. Sedangkan data hasil belajar penjasorkes diambil dari nilai mata pelajaran penjasorkes yang ada dalam rapor siswa pada semester satu tahun pelajaran 2016/2017. Teknik analisis data menggunakan statistic *korelasi product moment* pada signifikansi 0.05α , melalui SPSS Ver 15.0.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan program SPSS versi 15,0 dari ke tiga hipotesis yang diajukan didapatkan bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$ ditemukan besarnya kontribusi status gizi terhadap hasil belajar penjasorkes bagi siswa putra adalah sebesar 38,8%, bagi siswi putri adalah sebesar 36,6% dan secara keseluruhan bagi siswa-siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok adalah sebesar 59,9%, sehingga dapat disimpulkan bahwa status gizi memiliki kontribusi secara signifikan terhadap hasil belajar penjas orkes siswa-siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas berkat rahmat dan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Kontribusi Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjas Orkes) Bagi Siswa-Siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok”. skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada jurusan PenjasKesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Dalam pelaksanaan penelitian ini dan penulisan skripsi ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. H. Syafrizal, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes sebagai Ketua Jurusan beserta staf pengajar jurusan pendidikan olahraga Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd sebagai Dosen pembimbing I dan Bapak Drs. Edwarsyah, M.Kes sebagai Dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan saran, masukan, pengarahan, motivasi dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada Dr. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO, Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd, Dr. Zainul Johor, M.Pd tim Penguji yang telah memberikan banyak kritikan, saran, bimbingan, masukan yang positif dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Bapak Kepala dan wakil serta Bapak Kepala Urusan Kantor beserta staf SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dalam mengambil data dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Siswa-siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yang telah bersedia meluangkan waktu dan mau diajak bekerjasama dalam proses pengambilan data.
7. Papa dan Mama yang tercinta yang telah banyak berkorban serta memberikan dukungan, motivasi dan saran baik moril maupun materil demi terselesaikannya pendidikan anaknya ini.
8. Seluruh keluarga besar baik dari Papa maupun dari Mama yang telah bersedia memberikan bantuan dan dukungannya baik moril maupun materil.
9. Sahabat-sahabat ku, yang tidak pernah bosan dalam memotivasi dan membantu penulis dalam mencari bahan dan melakukan penelitian demi keperluan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga apa yang Bapak, Ibu, Saudara, Saudari serta semua pihak yang telah mau berikan membantu kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempatan, untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membantu sangat diharapkan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini memberikan manfaat baik untuk penulis sendiri maupun untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Padang, februari 2018

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PENGESAHAN

ABSTRAK i

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI..... v

DAFTAR TABEL vii

DAFTAR GAMBAR viii

DAFTAR LAMPIRAN ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 9

C. Pembatasan Masalah 9

D. Perumusan Masalah 10

E. Tujuan Penelitian 10

F. Kegunaan Penelitian 11

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori 12

1. Status Gizi 12

2. Hasil Belajar Penjas Orkes 19

B. Kerangka Konseptual 23

C. Hipotesis 24

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Waktu, dan Tempat Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel	25
C. Jenis Dan Sumber Data	26
D. Teknik Pengumpulan Data	27
E. Instrumen Penelitian	28
F. Definisi Operasional	32
G. Teknik Analisa Data	32

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	36
B. Uji Analisis Data	44
C. Pembahasan	51

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	60
B. Saran	60

DAFTAR PUSTAKA	63
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Populasi Penelitian.....	26
2. Daftar Sampel Penelitian	26
3. Kategori Ambang Batas IMT Untuk Indonesia	32
4. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Putra	36
5. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Penjasorekes Siswa Putra	37
6. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswi Putri.....	39
7. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Penjasorkes Siswi Putri	40
8. Distribusi Frekuensi Hasil Perhitungan Status Gizi Siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.....	43
9. Disrtibusi Frekuensi Hasil Perhitungan Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok	43
10. Hasil Uji Normalitas Data Penelitian.....	45
11. Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian	45
12. Hasil Analisis Hipotesis Uji t Siswa Putra.....	47
13. Hasil Analisis Koefisien Determinasi Siswa Putra	47
14. Hasil Uji Hipotesis Uji t Siswi Putri	48
15. Hasil Analisis Koefisien Determinasi Siswi Putri	49
16. Hasil Hipotesis Uji t Siswa-Siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.....	50
17. Hasil Analisis Koefeisien Determinasi Siswa-Siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	24
2. Pelaksanaan Pengukuran Berat Badan.....	30
3. Pelaksanaan Pengukuran Tinggi Badan	31
4. Histogram Status Gizi Siswa Putra	37
5. Histogram Hasil Belajar Penjasorkes Siswa Putra.....	38
6. Histogram Status Gizi Siswi Putri	39
7. Histogram Hasil Belajar Penjasorkes Siswi Putri.....	41
8. Histogram Status Gizi Siswa-Siswi SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.....	42
9. Histogram Hasil belajar penjas orkes Siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Status Gizi Siswa Putra SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.....	65
2. Data Status Gizi Siswi Putri SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.....	66
3. Output SPSS versi 15.0 Deskripsi Variabel Penelitian Statistics	67
4. Output SPSS versi 15.0 Uji Persyaratan Analisis Data Penelitian	73
5. Output SPSS versi 15.0 Analisis Data Penelitian	74
6. Surat Izin Penelitian.....	75
7. Dokumentasi Penelitian	78

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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

Tujuan dari pendidikan nasional di Indonesia adalah meningkatkan manusia yang sehat jasmani dan rohani, sementara itu kesehatan sebagai faktor pendukung yang sangat menentukan dalam tercapainya sumber daya manusia yang berkualitas. Sumber daya manusia merupakan aset nasional yang mendasar dan faktor penentu bagi keberhasilan pembangunan. Kualitas sumber daya manusia harus ditingkatkan terus menerus sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan, teknologi, dan derap perkembangan pembangunan nasional. Kaum muda sebagai potensi andalan produktivitas nasional, mestinya mendapat suasana yang kondusif demi terwujudnya segala potensi yang dimilikinya. Sarana paling strategis bagi peningkatan kualitas sumber daya manusia adalah pendidikan.

Tujuan pembangunan kesehatan menuju Indonesia sehat 2013 adalah ”meningkatkan kesadaran hidup masyarakat, akan pentingnya memiliki kesehatan yang optimal, secara adil dan merata diseluruh wilayah Republik Indonesia” (Depkes RI, 1999:5). Hal ini, sesuai dengan kebijakan pemerintah yaitu menumbuhkan bidang pendidikan, kesehatan, ekonomi, pertanian, dan keamanan dengan tujuan agar derajat kesehatan masyarakat sejajar dengan Negara-negara lainnya.

Konsep sehat menurut WHO (1983) merupakan ”keadaan dan kualitas dari organ tubuh yang berfungsi secara wajar dengan segala faktor keturunan dan lingkungan yang dipunyainya”. Kondisi tubuh yang sehat pada seseorang akan mempengaruhi pola pikir dalam aktivitas belajar berupa pencapaian hasil belajar yang optimal. Untuk mencapai keadaan ini diperlukan cukup gizi yang diperoleh dengan pola makan sehat dan seimbang. Status gizi ditentukan melalui konsumsinya karena melalui makanan, akan diperoleh zat gizi yang merupakan kebutuhan dasar manusia untuk hidup, tumbuh, dan berkembang.

Masalah kesehatan sangat penting diketahui dalam kehidupan sehari-hari, terutama anak usia sekolah dasar, karena masa tersebut adalah masa pertumbuhan dan perkembangan. Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal sejalan dengan bertambahnya usia. Untuk memahami masalah kesehatan, salah satu faktor yang sangat menentukan adalah faktor gizi dalam makanan yang dikonsumsi oleh si anak setiap hari. Seiring dengan pendapat (Lamid, 1998:23) bahwa: ”pertumbuhan dan perkembangan anak akan terganggu apabila status gizinya buruk. Status

gizi anak yang buruk akan mempengaruhi proses belajar terutama kemampuan berfikir, konsentrasi belajar serta pola belajar menurun, yang akhirnya menyebabkan prestasi belajar akan menurun”.

Apabila status gizi buruk dibiarkan terus-menerus tanpa adanya penanganan dari pemerintah maka akan berakibat rendahnya mutu sumber daya manusia pada masa yang akan datang. Karena anak sekolah merupakan generasi muda sebagai salah satu modal dalam pembangunan yang merupakan sumber daya manusia yang perlu dibina sejak dini. Pada dasarnya masalah gizi buruk disebabkan oleh faktor ekonomi/kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurangnya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan gizi dari orang tua murid tersebut.

Kepandaian (intelegensia) atau kecerdasan seseorang sering kali menjadi bahan diskusi menarik baik di lingkungan sekolah maupun luar lingkungan sekolah. Seseorang yang pandai sering kali dihubungkan dengan kemampuan menyelesaikan berbagai persoalan yang dihadapi. Kepandaian atau sering juga disebut kacakapan, dapat dibagi menjadi dua bagian. Pertama adalah kepandaian nyata yang dapat dilihat atau diketahui dari nilai prestasi belajar di sekolah. Kepandaian yang inilah yang sering kali dinilai baik oleh orangtua, masyarakat bahkan guru. Karena memang mudah dikenali. Kedua adalah kepandaian potensial. Ada juga yang menyebutnya bakat. Kepandaian yang ini bisa dikenali dengan pengamatan dan test khusus. Para ahli psikologi dapat dimintakan bantuannya untuk mengenali kepandaian potensial ini (Gani, 1986; dalam hasbullah thabrany, 1993).

Tingkat kecerdasan seseorang dapat diukur dengan intelegent quotion (IQ) atau angka intelegensi, angka intelegensi merupakan suatu ukuran kepandaian umum seseorang. Angka intelegensia (IQ) ini digunakan untuk membandingkan kemampuan seseorang pada suatu umur tertentu dengan kemampuan rata-rata pada umur tersebut.

Lingkungan seseorang siswa dapat mempunyai pengaruh yang besar kepada siswa. Pengaruh itu bisa positif dan bisa pula negatif, tergantung mana yang kuat atau menang. Jika keadaan keluarga kurang harmonis, orang tua kurang perhatian terhadap prestasi belajar siswa dan keadaan ekonomi yang parah sekali atau berlebihan bisa menyebabkan prestasi belajar siswa kurang baik. Lingkungan masyarakat dan teman juga tidak kalah besar pengaruh nya. Kalau siswa bergaul dengan orang pandai, ia bisa ikut pandai dan juga sebaliknya jika bergaul dengan orang yang tidak pernah memperhatikan pelajarannya atau orang yang bandel maka juga akan ikut membandel.

Hasil belajar adalah produk atau keluaran yang dicapai setelah melakukan kegiatan belajar sebagai upaya untuk mendapat sesuatu kepandaian. Hasil belajar dapat diukur dengan nilai yang dicapai melalui berbagai bentuk tes. Hasil belajar merupakan hasil dari proses pendidikan yang dipandang sebagai investasi modal berupa sumber daya manusia. Upaya untuk membangun sumber daya manusia yang berdaya saing tinggi melalui peningkatan hasil belajar bukanlah suatu pekerjaan yang ringan. Rendahnya mutu pada jenjang pendidikan dasar teramat penting untuk segera diatasi.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar, baik berasal dari dirinya (internal) maupun dari luar dirinya (eksternal). Pencapaian hasil belajar merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor tersebut. Kematangan fisik dan psikis dalam bentuk jasmani yang sehat dan kecerdasan yang dapat mempengaruhi hasil belajar itu diantaranya (1) status gizi, (2) motivasi, (3) kecerdasan atau Intelegent Quotion, (4) lingkungan. konsumsi makanan, pendapatan keluarga, jenis kelamin, kurangnya pengetahuan akan bahan makanan yang bergizi, Status sosial ekonomi orang tua, aktivitas fisik, pengaruh lingkungan, keadaan dan status gizi siswa, motivasi belajar siswa, hasil belajar penjasorkes, metode mengajar, biaya makan.

Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, sekolah menengah pertama sebagai bagian dari sistem pendidikan formal, melaksanakan kegiatan pembelajaran dalam seperangkat mata pelajaran. Salah satu mata pelajaran di sekolah dasar adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes). Pembelajaran Pendidikan Jasmani di tingkat Pendidikan Sekolah menengah pertama menurut kurikulum 2004 antara lain difokuskan pada, "Pengembangan aspek kebugaran atau kesegaran jasmani dan keterampilan gerak"(Pusat Kurikulum). Berdasarkan fokus pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) diatas dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak merupakan dua komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran.

Dengan kata lain, agar siswa dapat melaksanakan pembelajaran penjasorkes dengan baik di sekolah, kecukupan akan gizi sangat diperlukan

oleh tubuh. Hal ini terbukti bahwa kekurangan gizi merupakan salah satu kendala dalam keberhasilan pada pembelajaran penjasorkes di sekolah. Siswa yang akan melakukan pembelajaran Penjasorkes di sekolah perlu mengkonsumsi makanan yang bergizi, sebelum pergi kesekolah, yang terbaik untuk seorang anak adalah makan makanan yang banyak mengandung zat-zat gizi seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan air dan yang paling penting diperhatikan adalah keseimbangan dari zat gizi tersebut, sebab apabila tidak seimbang akan dapat menyebabkan gizi buruk. Gizi buruk dapat menghambat motivasi, kesungguhan dan kesanggupan belajar, bahkan menyebabkan anak bersifat apatis, kelelahan fisik serta mental". (Wedya,1991:3)

Berdasarkan pengamatan penulis masih ditemui siswa sekolah menengah pertama yang status gizinya rendah. Hal ini terlihat dari aktivitas siswa dalam mengikuti pelajaran yang tampak loyo, lesu, kurang bersemangat, kurang serius dalam belajar bahkan tertidur dalam belajar, sehingga dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah tidak dapat terlaksana dengan baik sehingga hasil yang diharapkan tidak sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Oleh karena itu untuk mencapai kesehatan yang optimal perlu disusun angka kecukupan gizi sesuai sesuai dengan yang dianjurkan. Masih banyak ditemukan siswa yang gizinya buruk, ini mungkin dikarenakan juga faktor ekonomi dan tingkat pendidikan dan pekerjaan orang tua. Karena dilihat dari data yang ada di sekolah bahwa siswa pada umumnya berasal dari keluarga menengah ke bawah, kebanyakan pekerjaan orang tua mereka tidak tetap. Ada

yang bekerja sebagai sopir, buruh dan petani, tetapi ada sebahagian murid yang orang tuanya guru atau karyawan.

Beberapa faktor yang mempengaruhi proses belajar mengajar Penjasorkes di SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, diantaranya yaitu konsumsi makanan, pendapatan keluarga, jenis kelamin, kurangnya pengetahuan akan bahan makanan yang bergizi, status sosial ekonomi orang tua, pengaruh lingkungan, status gizi siswa putra, status gizi siswa putri, hasil belajar siswa, dan metode mengajar. Pola konsumsi makanan adalah susunan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok pada waktu tertentu (Khomsan, 2010). Di masyarakat, pola konsumsi makanan disebut juga dengan kebiasaan makan. Berbagai gangguan gizi dan masalah psikososial dapat dicegah dengan menyediakan makanan dengan gizi seimbang. Pemilihan bahan akan yang bergizi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang makan dan zat gizinya. Ketidaktahuan ibu dapat menyebabkan kesalahan pemilihan makanan terutama untuk anak.

Pendapatan Keluarga adalah jumlah pendapatan tetap dan sampingan dari kepala keluarga, ibu, dan anggota keluarga lain dalam 1 bulan dibagi jumlah seluruh anggota keluarga yang dinyatakan dalam rupiah per kapita per bulan (Ernawati, 2006). Dilihat dari data yang ada disekolah bahwa siswa pada umumnya berasal dari keluarga menengah kebawah yang pekerjaan orang tua mereka tidak menetap, sehingga pendapatan keluarga perbulan tidak tetap.

Status sosial ekonomi orang tua menurut penulis adalah kedudukan orang tua dalam masyarakat berdasarkan pada pendidikan dan pekerjaan disertai dengan kemampuan orang tua dalam memenuhi segala kebutuhan keluarga sehari-hari, termasuk kemampuan orang tua dalam membiayai dan menyediakan fasilitas belajar anak sebagai bentuk tanggung jawab mereka terhadap anak-anaknya. Jika status sosial ekonomi rendah maka kebutuhan makanan keluarga akan kurang terpenuhi sehingga anak akan memiliki status gizi kurang.

Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok merupakan salah satu bentuk dari pendidikan dasar. Para orang tua yang mempunyai anak di SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok tersebut belum memahami arti pentingnya pendidikan dan kebutuhan gizi, terutama bagi anak-anaknya. Padahal Pendidikan dasar dan kebutuhan gizi tersebut merupakan tahap kritis dalam membentuk otak, watak, dan kepribadian. Setiap proses pendidikan dan kesehatan selalu diharapkan adanya keberhasilan dalam pembelajaran. Dalam upaya peningkatan hasil belajar penjasorkes, dipilih status gizi dan motivasi sebagai alternatifnya.

Status gizi yang baik berhubungan dengan kesehatan fisik, psikis yang dapat menciptakan motivasi sehingga dapat membawa perubahan-perubahan, baik dalam hal semangat kehadiran, kemauan belajar maupun hasil belajar. Berdasarkan uraian tersebut di atas, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan status gizi dengan hasil belajar penjasorkes siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok. Karena dengan adanya penelitian

ini maka dapat memberikan informasi bagi guru dan orang tua siswa dalam meningkatkan status gizi, dan hasil belajar penjasorkes siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas banyak faktor-faktor yang berpengaruh dalam proses belajar mengajar penjasorkes di SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yaitu:

1. Konsumsi makanan
2. Pendapatan keluarga.
3. Jenis kelamin.
4. Kurangnya pengetahuan akan bahan makanan yang bergizi.
5. Status sosial ekonomi orang tua.
6. Pengaruh lingkungan.
7. Status gizi siswa putra
8. Hasil belajar siswa.
9. Metode mengajar.
10. Status gizi siswa putri

C. Pembatasan Masalah

Karena banyaknya faktor yang mempengaruhi, maka perlu adanya batasan masalah, hal ini dilakukan mengingat keterbatasan waktu, biaya, dan

kemampuan penulis. Agar lebih terarahnya penelitian ini maka penulis membatasi:

1. Status gizi siswa putra
2. Status gizi siswa putra
3. Hasil belajar

D. Perumusan Masalah

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

1. Apakah Terdapat Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes siswa putra SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok?
2. Apakah Terdapat Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar siswa putri SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok?
3. Apakah Terdapat Hubungan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar siswa putra dan siswa putri SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan penelitian yang diangkat, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Mengetahui hubungan status gizi siswa putra SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.
2. Mengetahui hubungan status gizi siswa putri SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.
3. Untuk mengetahui hasil belajar siswa SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

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

1. Bagi penulis sebagai bahan dalam melengkapi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana.
2. Untuk guru sebagai pedoman dalam memberikan pembelajaran kesehatan kepada siswa.
3. Untuk siswa agar selalu memperhatikan status gizinya didalam memilih makanan yang sehat atau bergizi.
4. Bagi Sekolah sebagai sumbangan pemikiran untuk pengambilan keputusan dalam upaya peningkatan hasil belajar siswa.
5. Bagi Orang tua siswa sebagai sumbangan pemikiran untuk dalam upaya pemenuhan status giz.
6. Bagi Pihak Lain sebagai salah satu sumber acuan bagi pihak lain yang memerlukannya untuk kepentingan penelitian lanjutan di masa yang akan datang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat kontribusi yang berarti atau signifikan yang diberikan oleh status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes bagi *siswa putra* di SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yaitu sebesar 38,8%.
2. Terdapat kontribusi yang berarti atau signifikan yang diberikan oleh status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes bagi *siswi putri* di SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yaitu sebesar 36,6%.
3. Dan secara keseluruhan terdapat kontribusi yang berarti atau signifikan yang diberikan oleh status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes bagi *siswa-siswi* di SMPN 1 Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yaitu sebesar 59,9%. Sedangkan sisanya dapat diberikan oleh faktor lain-lainnya.

B. SARAN

Adapau saran yang dapat penulis sampaikan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Kepada pihak sekolah serta instansi yang terkait dalam proses pendidikan agar dapat menyediakan sarana dan prasarana yang cukup, serta ditingkatkan lagi kemampuan dan keprofesionalan tenaga pendidik dalam memberikan dan menyajikan pelajaran serta dapat bertindak dengan cepat

dan tegas dalam proses belajar dan mengajar di sekolah khususnya mata pelajaran Penjasorkes.

2. Kepada tenaga pendidik mata pelajaran penjasorkes agar dapat menggunakan metode-metode yang baik dan menarik dalam menyampaikan materi pelajaran penjasorkes, sehingga dapat menarik perhatian siswa dalam rangka mencapai hasil belajar penjasorkes yang baik.
3. Kepada tenaga pendidik mata pelajaran penjasorkes agar dapat membina dan mengarahkan siswa untuk selalu dapat menjaga status gizinya dengan cara menjaga kesehatan tubuh masing-masing.
4. Kepada siswa-siswi disarankan untuk dapat memperhatikan pola konsumsi, dan selalu mengkonsumsi makanan yang bergizi dalam rangka mencapai status gizi yang baik, sehingga tubuhnya sehat dan dapat menerima serta menjalankan segala aktifitas belajar penjasorkes dengan baik.
5. Kepada siswa-siswi diharapkan untuk dapat lebih memberikan apresiasinya terhadap mata pelajaran penjasorkes, karena mata pelajaran penjasorkes juga akan dapat mempengaruhi jumlah nilai dalam rapor dan kenaikan kelasnya.
6. Kepada orang tua siswa untuk dapat memperhatikan dan memberikan makanan-makanan yang memiliki gizi seimbang kepada anak-anaknya sehingga anak memiliki status gizi yang baik, dengan demikian anak dapat

menjalankan segala aktifitas belajar dengan baik, hasilnya anak mampu untuk mencapai hasil belajar yang baik pula.

7. Kepada seluruh pihak yang berkaitan dengan pendidikan untuk dapat memberikan kerjasamanya, sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik.
8. Harapan peneliti semoga peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain yang ada kontribusinya terhadap hasil belajar penjasorkes seperti faktor sarana dan prasarana atau media untuk belajar penjasorkes, cara guru memberikan penilaian terhadap hasil belajar penjasorkes, metode-metode penyampaian materi pelajaran, pengetahuan dan pemahaman guru tentang mata pelajaran penjasorkes, kesegaran jasmani, kondisi fisik dan psikis, dukungan, pengaruh dan keadaan orang tua baik secara ekonomi, sosial, maupun tingkat pendidikan orang tua serta faktor-faktor lainnya apakah memiliki kontribusi yang signifikan terhadap hasil belajar penjasorkes siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1989). ***Prosedur Penelitian***. Jakarta: Bhineka Cipta.
- Almatsir. (2001). ***Status Gizi Jurnal Ilmu Gizi*** (on line) (<http://www.pengertianstatusgizi.com>). diakses tanggal 15 Januari 2010).
- Anwar. (2006). ***Status Gizi***. Jurnal Ilmu Gizi (on line) (<http://www.pengertianstatusgizi.com>). diakses tanggal 15 Januari 2010).
- Baliwati, Yayuk Farida. 2004. ***Pengantar Pangan dan Gizi***. Bogor: Penerbit Swadaya.
- Beck, (2000). ***Bayi, Anak dan remaja, Gizi,dan Nutrisi***. Jurnal Ilmu Gizi (on line) (<http://www.pengertianstatusgizi.com>). diakses tanggal 15 Januari 2010).
- Depkes RI. (2000). ***Status Gizi***. Jurnal Ilmu Gizi (on line) (<http://www.pengertianstatusgizi.com>). diakses tanggal 15 Januari 2010).
- Depdikbud. (1993). ***Psikologi Pendidikan***. Jakarta: Depdikbud.
- Fajrio. (2010). ***Hubungan Kesegaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Siswa Madrasah Aliyah Negeri Kajai Talamau Kabupaten Pasaman Barat***. Padang : FIK UNP.
- Fajar, Ibnu, dk. (2002). ***Konsep Status Gizi***. Jurnal Ilmu Gizi (on line) (<http://www.pengertianstatusgizi.com>). diakses tanggal 15 Januari 2010).
- Harmaningsih. (2008). ***Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar***. Surakarta: SMA Negeri 1 Surakarta.
- Krisno, B Agus. (2004). ***Dasar-dasar Ilmu Gizi***. Malang: UMMPRESS.
- Muhammad, Hamid. (2003). ***Pedoman Khusus Pengembangan Silabus Berbasis Kompetensi SMP***, Jakarta : Depdiknas,Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pendidikan Lanjutan Pertama.
- Markum. (1991). ***Bayi, Anak dan remaja, Gizi, dan Nutrisi***. Jurnal Ilmu Gizi (on line) (<http://www.pengertianstatusgizi.com>). diakses tanggal 15 Januari 2010).
- Moehji. (2003). ***Status gizi Remaja***. Jakarta: EGC.