

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN MOTIVASI BELAJAR PENJASORKES
DENGAN KESEGERAN JASMANI SISWA DI
SD NEGERI 02 ALIRAN SUNGAI TALUK
KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Syarat
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan Pada Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh

**HERMAN
NIM. 89915**

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

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN MOTIVASI BELAJAR PENJASORKES
DENGAN KESEGERAN JASMANI SISWA DI SD NEGERI 02
ALIRAN SUNGAI TALUK KABUPATEN TANAH DATAR**

Nama : **Herman**
NIM : 89915
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2013

Disetujui oleh :

Pembimbing I



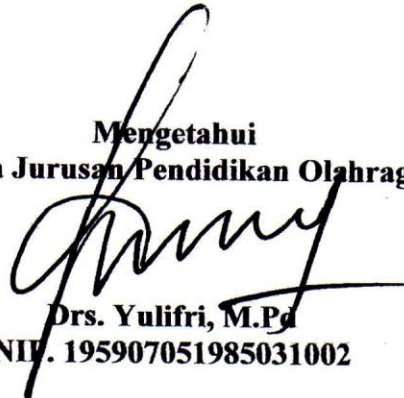
Drs. Edwarsyah, M. Kes
NIP. 19593112198803019

Pembimbing II



Drs. Nirwandi, M. Pd
NIP. 19580914198102 1 001

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M. Pd
NIP. 195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Hubungan Status Gizi dan Motivasi Belajar Penjasorkes dengan
Kesegaran Jasmani Siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk
Kabupaten Tanah Datar

Nama : Herman

NIM : 89915

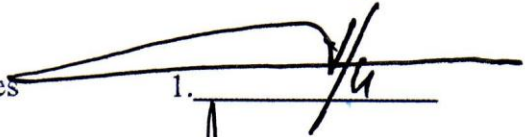
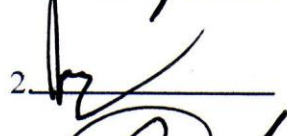



Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2013

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Edwarsyah, M. Kes	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Nirwandi, M. Pd	2. 
3. Anggota	: Dr. Erizal Nurmai, M. Pd	3. 
4. Anggota	: Dra. Pitnawati, M. Pd	4. 
5. Anggota	: Dra. Hj. Rosmaneli, M. Pd	5. 

ABSTRAK

Herman, (89915): Hubungan Status Gizi dan Motivasi Belajar Penjasorkes Dengan Kesegaran Jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya kesegaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan motivasi belajar Penjasorkes dengan kesegaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah 122 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive Sampling* yaitu siswa kelas IV dan V dengan jumlah 40. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. variabel status gizi menggunakan tes berat badan dan tinggi badan, dan untuk motivasi belajar Penjasorkes digunakan angket. Sedangkan Kesegaran Jasmani menggunakan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) umur 10-12 tahun. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan analisis data dapat diperoleh hasil : 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk yaitu $r_{hitung} = 0.533 > r_{tabel} \alpha 0,05 = 0,304$ dan $t_{hitung} = 3,88 > t_{tabel} \alpha 0,05 = 2,02$ dan berkontribusi terhadap kebugaran jasmani sebesar = 28,4 %, 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk yaitu $r_{hitung} = 0.404 > r_{tabel} \alpha 0,05 = 0,304$ dan $t_{hitung} = 2,27 > t_{tabel} \alpha 0,05 = 2,02$ dan berkontribusi dengan kebugaran jasmani sebesar = 16,3 %, 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan motivasi belajar secara bersama-sama dengan kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk yaitu $R_{hitung} = 0.550 > r_{tabel} \alpha 0,05 = 0,304$ dan $F_{hitung} = 8,02 > F_{tabel} \alpha 0,05 = 3,25$ dan berkontribusi dengan kebugaran jasmani sebesar = 30,2 %

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Status Gizi dan Motivasi Belajar Penjasorkes Dengan Kesegaran Jasmani Siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar”**.

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

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

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. H. Arsil, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Edwarsyah, M. Kes selaku pembimbing I, Drs. Nirwandi, M. Pd selaku pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Dr. Erizal Nurmai, M. Pd, Dra. H. Rosmaneli, M. Pd, dan Dra. Pitnawati, M. Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Dosen – dosen jurusan pendidikan olahraga yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan
6. Yang tercinta Ayah dan Ibu serta adik dan Kakak penulis senantiasa memberi bantuan moril dan materil kepada penulis selama perjuangan menyelesaikan perkuliahan
7. Keluarga besar penulis yang senantiasa mendoakan akan keberhasilan penulis dalam menggapai cita-cita
8. Kepala sekolah, Guru penjas serta seluruh majelis guru SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar
9. Teman-teman senasip dan seperjuangan tanpa terkecuali, yang telah banyak mengisi cerita penulis selama perkuliahan.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu atas saran dan bantuan untuk penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi, dan waktu yang telah Bapak/Ibu/Sdr/anak-anak sekalian dengan pahala yang berlipat ganda.

Terakhir, peribahasa menyatakan: “Tak ada gading yang tak retak”. Menyadari makna peribahasa ini, maka penulis sebagai manusia biasa tentu tidak

luput dari berbagai salah dan khilaf, baik dari segi isi, metode, maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dari Bapak/Ibu Tim penguji dan berbagai pihak lainnya akan penulis jadikan sebagai masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.

Padang, Januari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

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	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	
1. Status Gizi	7
2. Motivasi Berolahraga	10
3. Kesegaran Jasmani	18
B. Kerangka Konseptual.....	20
C. Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian	23
B. Populasi dan Sampel	23

C. Jenis dan Sumber Data	25
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	25
E. Teknik Analisa Data.....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	41
B. Uji Persyaratan Analisis.....	46
C. Pengujian Hipotesis.....	48
D. Pembahasan.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	23
2. Sampel Penelitian.....	24
3. Penilaian Status Gizi	25
4. Nilai TKJI untuk Anak Laki-laki umur 10-12 Tahun.....	38
5. Nilai TKJI untuk Anak Perempuan umur 10-12 Tahun.....	38
6. Norma Penilaian TKJI untuk umur 10-12 Tahun	39
7. Distribusi Frekuensi Status Gizi	42
8. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar	43
9. Distribusi Frekuensi Kesegaran Jasmani	45
10. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	47
11. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas	48
12. Rangkuman Uji Korelasi Antara X_1 dengan Y	49
13. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_2 dengan Y	51
14. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dan X_2 Secara bersama-sama terhadap Y.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	22
2. Posisi Star Lari 40 meter.....	30
3. Tes Gantung Siku Tekuk.....	32
4. Tes Baring Duduk.....	32
5. Tes Loncat Tegak.....	35
6. Posisi Star Lari 1000 Meter.....	37
7. Histogram Distribusi Frekuensi Status Gizi.....	42
8. Histogram Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar.....	44
9. Histogram Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Angket.....	63
2. Angket Motivasi	64
3. Data Penelitian.....	67
4. Hasil Pengolahan Data Menggunakan SPSS.....	69
5. Dokumentasi Penelitian.....	72
6. Surat Izin Penelitian.....	75

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya pendidikan berperan mencerdaskan kehidupan bangsa, yang sasarannya adalah peningkatan kualitas manusia Indonesia baik itu sosial, spiritual, dan intelektual, serta kemampuan yang profesional. Dalam UU No 20 tahun 2003 tentang istem Pendidikan Nasional bahwa :

“Pendidikan merupakan kegiatan fundamental untuk memajukan masyarakat dan para warga. Pendidikan berfungsi untuk membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap dan kreatif dan mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Sejalan dengan tujuan pendidikan nasional di atas dalam Undang-undang nomor 23 Tahun 1992 tentang Pokok-Pokok Kesehatan dijelaskan bahwa: “setiap warga berhak memperoleh derajat kesehatan yang setinggi-tingginya”. Sehingga dengan penjelasan diatas menjadikan dasar bagi pemerintah untuk menyelenggarakan penyuluhan kesehatan dan memberikan pendidikan kesehatan.

Kesegaran jasmani merupakan aspek yang penting dari kesegaran tubuh secara keseluruhan yang memberikan kesanggupan pada seseorang untuk menjalani hidup yang produktif serta dapat menyesuaikan diri setiap beban fisik yang layak, (Sutarman, 1975). Dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah upaya untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental , emosional, dan sosial yang selaras dalam

upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat dikalangan siswa.

Kesegaran jasmani merupakan kemampuan untuk melaksanakan tugas-tugas dengan baik meskipun dalam keadaan sukar, tanpa merasa lelah yang berlebihan, dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk keperluan yang mendadak. (Sumosardjono, 1992). Adanya komponen-komponen yang dapat mempengaruhi kesegaran jasmani yaitu : (a) kondisi fisik setelah melakukan tugas-tugas yang diberikan tetap baik; (b) kemampuan atau kapasitas seseorang dalam melaksanakan tugas-tugas sehari-hari; (c) kemampuan untuk mengatasi situasi dalam keadaan sukar.

Untuk dapat memiliki kesegaran jasmani yang baik, banyak faktor yang mempengaruhinya diantara faktor-faktor tersebut adalah usia dan jenis kelamin, lingkungan yang sehat, motivasi berolahraga, sarana dan prasarana untuk berolahraga atau bermain, sosial ekonomi orang tua status gizi, latar belakang pendidikan orang tua dan sebagainya. Begitu juga siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk untuk memperoleh kesegaran jasmani yang baik juga dipengaruhi oleh faktot-faktor tersebut. Misalnya status gizi yang baik maka pertumbuhan dan perkembangannya akan berjalan dengan seimbang dan sehat. Apabila anak sehat tentu akan dapat melaksanakan kegiatan sehari-hari dengan baik dan dengan ditambah status gizi yang baik merupakan salah satu syarat penting dalam mencapai keseatan yang optimal, dan ditandai juga dengan penampilan yang baik secara fisik, dan juga emosi dan mental.askan bahwa “

Sayogo dalam Gusril (2004: 131) menegaskan bahwa “gizi yang kurang atau buruk pada anak-anak dapat berakibat terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasannya”. Dan Tanda-tanda anak yang gizinya kurang yaitu : Badan kurus, pertumbuhannya terhambat, dan disebabkan karena kurangnya sumber tenaga dan kurang protein (zat pembangun), kurang gairah, kurang lincah dan akan tertinggal dalam belajar, kurang gesit dalam bergaul sesama anak atau kurang tanggapan atas lingkungannya. Dampak status gizi anak yang berlebihan (*Over Weight*) dapat menimbulkan masalah berat badan yang lebih, sehingga mengakibatkan anak mempunyai berat badan yang berlebihan, dan dapat mengganggu kemampuan motoriknya dalam melakukan gerak tidak dapat keseimbangan antara tubuh dengan pusat gravitasi dan juga memerlukan energi yang banyak.

Di samping itu motivasi berolahraga juga akan dapat mempengaruhi kesegaran jasmani siswa, karena dalam melakukan kegiatan olahraga secara teratur dan kontiniu serta sesuai dengan aturannya, maka hal ini akan dapat meningkatkan kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan koordinasi gerakan. Semua itu merupakan komponen kesegaran jasmani. Motivasi berolahraga ini juga dapat diwujudkan dalam pembelajaran penjasorkes melalui latihan olahraga. Di samping itu siswa yang memiliki kesegaran jasmani yang baik, akan tercermin dari penampilan mereka pada saat pembelajaran Penjasorkes. Artinya mereka mampu mengikuti pembelajaran Penjasorkes dengan baik tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih mempunyai cadangan energi untuk mengisi waktu luang mereka.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan terhadap siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar, penulis beranggapan bahwa kebugaran jasmani siswa banyak rendah. Hal ini terlihat dari penampilan siswa ketika mengikuti pembelajaran Penjasorkes yang memang kegiatan belajarnya berkaitan dengan fisik. Dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes tersebut ditemui ada siswa yang kurang sehat, ada juga siswa sedikit saja bergerak mereka cepat merasa lelah, kurang bersemangat dan sebagainya. Sehingga terkesan kebugaran jasmani mereka rendah, dan ini menjadi perhatian oleh penulis. Oleh sebab itu penulis pada kesempatan ini ingin melakukan suatu penelitian tentang kebugaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar.

Dari uraian di atas, penulis berpraduga bahwa rendahnya kebugaran jasmani siswa tersebut, mungkin disebabkan oleh status gizi mereka yang buruk dan motivasi berolahraga mereka yang rendah. Artinya status gizi dan motivasi mempunyai hubungan dengan kebugaran jasmani, benar atau tidaknya dugaan sementara penulis terhadap permasalahan yang ada, penulis ungkapkan dalam suatu penelitian dengan judul “ Hubungan Status Gizi dan Motivasi Belajar Penjasorkes Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar ”.

B. Identifikasi masalah

Bertitik tolak dari latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani adalah;

1. Usia

2. Jenis kelamin
3. Status Gizi
4. Motivasi Belajar Penjasorkes
5. Latar belakang pendidikan orang tua
6. Sarana dan prasarana berolahraga
7. Sosial ekonomi orang tua siswa
8. Lingkungan yang bersih

C. Pembatasan Masalah

Mengingat berbagai keterbatasan yang ada pada penulis, baik waktu, dana maupun referensi yang dimiliki, maka masalah yang dapat mempengaruhi kesegaran jasmani di batasi, yakni :

1. Status Gizi siswa
2. Motivasi Belajar Penjasorkes

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas maka dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Sejauhmanakah status gizi berhubungan terhadap Kesegaran Jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar ?
2. Sejauhmanakah motivasi belajar Penjasorkes berhubungan terhadap kesegaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar ?

3. Sejauhmanakah status gizi dan motivasi berolahraga secara bersama-sama berhubungan terhadap kesegaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan status gizi terhadap kesegaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar.
2. Hubungan motivasi belajar Penjasorkes terhadap kesegaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar
3. Hubungan status gizi dan motivasi berolahraga secara bersama-sama terhadap kesegaran jasmani siswa di SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk Kabupaten Tanah Datar.

F. Manfaat Penelitian

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti dalam menyelesaikan sarjana Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi instalasi terkait, sebagai pedoman penyuluhan khususnya tentang peranan gizi dan pembelajaran.
3. Guru dapat dijadikan acuan atau bahan pertimbangan dalam meningkatkan gizi siswa melalui prograam peningkatan gizi yang sudah ada programnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kepada Analisis data dan Pembahasan Penelitian pada bab IV dapat disimpulkan dan Saran sebagai berikut:

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk yaitu $r_{hitung} = 0.533 > r_{tabel} \alpha 0,05 = 0,304$ dan $t_{hitung} = 3,88 > t_{tabel} \alpha 0,05 = 2,02$ dan berkontribusi terhadap kebugaran jasmani sebesar = 28,4 %
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk yaitu $r_{hitung} = 0.404 > r_{tabel} \alpha 0,05 = 0,304$ dan $t_{hitung} = 2,27 > t_{tabel} \alpha 0,05 = 2,02$ dan berkontribusi terhadap kebugaran jasmani sebesar = 16,3 %
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan motivasi belajar secara bersama-sama dengan kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk yaitu $R_{hitung} = 0.550 > r_{tabel} \alpha 0,05 = 0,304$ dan $F_{hitung} = 8,02 > F_{tabel} \alpha 0,05 = 3,25$ dan berkontribusi terhadap kebugaran jasmani sebesar = 30,2 %.

B. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan di atas, maka pada bagian akan dilakukan saran sebagai :

1. Kepada Guru Penjasorkes, agar dapat mengintruksi pada murid untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi yang baik.

2. Kepada Guru penjasorkes agar dapat memotivasi siswa SD Negeri 02 Aliran Sungai Taluk dalam proses pembelajaran Penjasorkes di Sekolah
3. Kepada Siswa SDN 02 Aliran Sungai Taluk ,agar dapat meningkatkan kebugaran jasmani
4. Kepada orangtua siswa agar dapat memotivasi anaknya dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di Sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Amti, Erman, dkk. (1992). *Bimbingan dan konseling*. Jakarta : Depdikbud.
- Arikunto, Suharsimi, (1998), *Organisasi Administrasi Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*, Jakarta. Depdikbud.
- Buku panduan penulisan tugas akhir/skripsi Universitas Negeri Padang 2007. Padang UNP
- Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Masa Kanak-kanak*. Padang. Direktorat Jenderal Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Irianto, Djoko Pekik, (2007). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*
- Joni. (2003). *Senam Aerobik* Padang :Fakultas Ilmu Keolahragaan Negeri Padang.
- Khumadi. (1995). *Evaluasi Pengajaran*. Padang: FPTK IKIP
- Mutohir, Tho Cholik dan Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Padang: Dirjen Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Prayitno, Elida. (1989). *Motivasi Belajar*. Jakarta:P2LPTK.
- Sukardi. (1984). *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Gelia.
- Suyabrata, Sumadi. (1984). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: CV Raja Wali.
- Sardiman, (2007). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Undang-undang Republik Indonesia No.20, Tahun 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdikbud.