

**SURVEI STATUS GIZI SISWA SMP NEGERI 2 KINALI
KABUPATEN PASAMAN BARAT**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**ELDI PRAYOGA
NIM: 15086290**

**PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Survey Status Gizi Siswa Smp Negeri 2 Kinali
Kabupaten Pasaman Barat
Nama : Eldi Prayoga
NIM : 15086290
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2019

Disetujui oleh:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dr. Kamal Firdaus, M.Kes., AIFO
NIP. 196211121987101001

PENGESAHAN

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

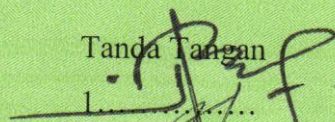
Judul : Survey Status Gizi Siswa Smp Negeri 2 Kinali
Kabupaten Pasaman Barat
Nama : Eldi prayoga
NIM / TM : 15086290
Program Studi : Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
Jurusan : Pendidikan olahraga
Jenjang : Strata 1 (S1) Akta IV
program
falkultas : Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2019

Tim Penguji :

- | | Nama |
|---------------|----------------------------------|
| 1. Ketua | : Dr. Kamal Firdaus, M,kes. AIFO |
| 2. Sekretaris | : Drs. Zulman, M.pd |
| 3. Anggota | : Drs. Syamsuar,S.H,MS.AIFO.Ph.D |

Tanda Tangan

1.....	
2.....	
3.....	

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Survei Status Gizi Siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat”, adalah hasil 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 dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya 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, Maret 2019
Yang membuat pernyataan



Eldi Prayoga
Nim.15086290

ABSTRAK

Eldi Prayoga, 2019. Survei Status Gizi Siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya status gizi siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat yang berjumlah 386 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling* yaitu, maka didapatkan jumlah sampel sebanyak 39 orang. Untuk menentukan status gizi siswa menggunakan rumus $BB/Nilai \times 100\%$ dan untuk teknik analisis data yaitu analisis deskriptif $P = f/n \times 100\%$.

Hasil penelitian ini adalah status gizi siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat dalam penelitian ini dari 39 orang sampel maka diperoleh tidak ada siswa termasuk dalam kategori sangat buruk, 10 orang siswa termasuk dalam kategori kurang (25,64%), 29 orang termasuk dalam kategori baik (74,36%).

Kata Kunci : Status Gizi

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikumwarahmatullahiwabarakatuh,

Alhamdulillah, pujisyukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Survei Status Gizi Siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat”.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs. Ganefri, M.Pd, Ph,D selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang memberi kesempatan kepada penulis untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Dr. Zalfendi, M. kes, selaku dekan FakultasI lmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M. Kesselaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Bapak Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selakus ekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantua nadministrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsiini.

4. Bapak Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Zulman, M.Pd dan Bapak Drs. Syamsuar, S.H, MS, AIFO, Ph.D selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi penulis.
6. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
7. Kepada kedua orang tua saya, ayahanda Zainudin dan ibunda Salmi yang sangat ku cintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materi serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Kepada teman-teman dan siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materi.

Akhirnya penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Maret 2019

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	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Kegunaan Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. KajianTeori	5
1. Gizi.....	6
2. Pengertian Status Gizi	7
3. Kegunaan Gizi.....	8
4. Penyebab Kekurangan Gizi.....	22
B. Kerangka Konseptual	29
C. Pertanyaan Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian dan Tempat Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel	31
C. Jenis dan Sumber Data.	34
D. Teknik Pengumpulan Data.....	34
E. Teknik Analisis Data	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	38
1. Status Gizi Putra.....	38
2. Status Gizi Putri	39
3. Status Gizi Putra dan Status Gizi Putri	40
B. Pembahasan.....	41

BAB VPENUTUP

A. Kesimpulan	46
B. Saran.....	47

DAFTAR PUSTAKA	48
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	50
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 1.	Daftar Angka Kecukupan Gizi Rata-Rata yang Dianjurkan (Perorangan Perhari) Anak Laki-Laki.....	25
Tabel 2.	Daftar Angka Kecukupan Gizi Rata-Rata yang Dianjurkan (Perorangan Perhari) Anak Perempuan.....	25
Tabel 3.	Populasi	32
Tabel 4.	Sampel.....	33
Tabel 5.	Penilaian Status Gizi Berasal BB/BT.....	35
Tabel 6.	Indeks berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) anak umur 6-17.....	35
Tabel 7.	Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Putra.....	38
Tabel 8.	Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Putri	39
Tabel 9.	Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Putra dan Putri	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Histogram Status Gizi Siswa Putra	39
Gambar 2. Histogram Status Gizi Siswa Putri.....	40
Gambar 3. Histogram Status Gizi Siswa Putra dan Putri	41
Gambar 4. Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Putra Kelas VIII.....	54
Gambar 5. Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Putri Kelas VIII.....	54
Gambar 6. Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Putra Kelas VII.....	55
Gambar 7. Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Putri Kelas VII.....	55
Gambar 8. Peneliti dan Guru Sekolah SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat.....	56
Gambar 9. Foto Bersama dengan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat	56
Gambar 10. Foto Bersama dengan Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Data Mentah Status Siswa Putra SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat.....	50
Lampiran 2. Data Mentah Status Siswa Putri SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat.....	51
Lampiran 3. Data Hasil Pengukuran Status Gizi Siswa Putra Data Mentah Status Siswa Putra SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat	52
Lampiran 4. Data Hasil Pengukuran Status Gizi Siswa Putri Data Mentah Status Siswa Putri SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat	53
Lampiran 5. Dokumentasi.....	54

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritua l, keagamaan, pengendalian diri,kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 pasal 31 ayat (1) menyebutkan bahwa setiap warga negara berhak mendapat pendidikan. untuk itu, seluruh komponen bangsa wajib mencerdaskan kehidupan bangsa yang merupakan salah satu tujuan negara indonesia.

Undang-Undang tentang sistem pendidikan Nasional No.20. Tahun (2003:1) yang berbunyi sebagai berikut:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan,pengendalian diri,kepribadian,kecerdasan,akhlak mulia,serta keterampilan yang diperlukan dirinya,masyrakat,bangsa dan negara.

Dari kutipan di atas,jelaslah bahwa melalui pendidikan yang dilakukan secara terencana,terarah dan berkesinambungan dapat mengembangkan potensi peserta didik, peningkatan mutu serta relevansi dan efiesiensi menajemen pendidikan untuk menghadapi tantangan sesuai dengan tuntutan perubahan kehidupan lokal, nasional, dan global sehingga perlu

dilakukan pembaruan. dalam pencapaian pendidikan tersebut dapat dilakukan melalui lembaga-lembaga pendidikan formal, informal dan non formal, baik pada lembaga pendidikan pemerintah maupun swasta.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan juga penting untuk mengembangkan dan meningkatkan berbagai keterampilan gerak dan olahraga, ilmu pengetahuan, kesehatan, sikap (pembentukan sosial), yang juga menuju kepada keselarasan antara tumbuhnya badan perkembangan jiwa, dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat dan kuat lahir dan bathin, diberikan kepada segala jenis sekolah. di samping itu tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan tersebut juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa dan pembinaan pola hidup sehat dan gizi siswa. status gizi siswa sangat berpengaruh terhadap kreatifitas seseorang.

Menurut Khumadi (1994:5) status gizi adalah: Status GIZI adalah zat-zat yang diperoleh dari bahan makanan yang dimakan oleh kita. Tiap-tiap makanan yang dimakan oleh kita mempunyai nilai yang sangat penting bagi tubuh.

Berdasarkan survei peneliti, kemungkinan Status gizi siswa/siswi SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat peneliti menduga status gizi siswa/siswi banyak yang rendah. Hal ini dipengaruhi oleh kondisi lingkungan yang kurang bersih dikarenakan banyaknya sampah yang berserakan disekitar tempat jajanan siswa/siswi, Kurangnya pengetahuan siswa/siswi tentang ilmu gizi, ketersediaan pangan untuk gizi yang terbatas, aktifitas kebiasaan

makanan serta faktor status ekonomi orang tua mereka yang lemah (dibawah standar) yang pada umumnya bermata pencaharian sebagai petani sehingga orang tua tidak mampu untuk memenuhi, mencukupi dan mewujudkan kebutuhan gizi yang optimal untuk anak-anaknya terutama kebutuhan gizi yang diperlukan dalam masa pertumbuhan mereka, sehingga hal ini berpengaruh cukup besar terhadap hasil belajar anak di sekolah.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kondisi lingkungan yang kurang bersih dikarenakan banyak nya sampah yang berserakan disekitar tempat jajanan siswa/siswi.
2. Kurangnya pengetahuan siswa/siswi tentang ilmu gizi.
3. Faktor status ekonomi orang tua mereka yang lemah (dibawah standar) yang pada umumnya bermata pencaharian sebagai petani sehingga orang tua tidak mampu untuk memenuhi, mencukupi dan mewujudkan kebutuhan gizi yang optimal untuk anak-anaknya terutama kebutuhan gizi yang diperlukan dalam masa pertumbuhan mereka.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan waktu dan dana serta literatur yang tersedia maka, pembatasan masalah dalam penelitian ini penulis batasi hanya yang berkenaan “Survei Status Gizi Siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah,identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan,maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:Bagaimanakah status gizi siswaSMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat?

E. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini sesuai dengan perumusan masalah di atas,yaitu untuk mengetahui :Status Gizi Siswa SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

F. Kegunaan penelitian

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

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan Gelar Sarjana pendidikan di fakultas ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru pendidikan jasmani (penjas) sebagai informasi tentang status gizi siswa,agar dapat mengaplikasikanya ke dalam bentuk proses pembelajaran Penjasorkes.
3. .Siswa-siswi SMP Negeri 2 Kinali Kabupaten Pasaman Barat sebagai bahan masukan tentang pengertian dan pemahaman status gizi
4. Mahasiswa sebagai bahan pedoman dan referensi untuk melakukan penelitian lanjutan dalam kajian yang sama secara mendalam.
5. Sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.