

**TINJAUAN STATUS GIZI, KEBUGARAN JASMANI DAN HEMOGLOBIN STAF
BIDANG PEMUDA DAN OLAHRAGA DENGAN STAF BIDANG BUDAYA
DI KANTOR DINAS PARIWISATA PEMUDADAN OLAHRAGA
KABUPATEN KERINCI**

SKRIPSI

*Ditulis Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mempeoleh Gelar Sarjana Olahraga (S.Or)
Pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

Fenilia Franda Sari

NIM. 14089003/2014

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

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci

Nama : Fenilia Franda Sari
Bp/Nim : 2014/14089003
Prodi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, 8 Agustus 2018

Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Dr. Wilda Wellis, SP. M, Kes
NIP. 19700512 199903 2 001

Pembimbing II



Endang Sepdanius, S.Si.M.Pd
NIP. 19890926 201504 1 002

Mengetahui :

**Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**



Dr. Wilda Wellis, SP. M, Kes
NIP. 19700512 199903 2 001

PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : **Tinjauan Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci**

Nama : Fenilia Franda Sari

Bp/Nim : 2014/14089003

Prodi : Ilmu Keolahragaan

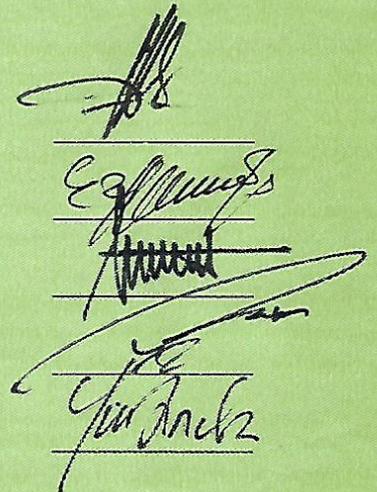
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, 8 Agustus 2018

Tim Penguji

	Nama
1. Ketua	: Dr. Wilda Wellis, SP, M.Kes
2. Sekretaris	: Endang Sepdanius, S.Si, M.Or
3. Anggota	: Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd
4. Anggota	: Fahd Mukhtarsyaf, S.Pd, M.Pd
5. Anggota	: Yogi Andria, S.Si, M.Or



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

“Dan Katakanlah: bekerjalah kamu, maka Allah SWT dan Rasul-nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) yang mengetahui akan yang gaib dan nyata, lalu diberikan-nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan” Qur’an surah At-taubah Ayat 105

Fenilia Franda Sari, Dilahirkan di Kabupaten Kerinci, Provinsi Jambi tepatnya di Koto Beringin Kecamatan Siulak, pada hari jumat tanggal 20 April 1996. Anak pertama dari dua bersaudara pasangan dari Efrizal dan Elia Wati, Peneliti menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di SD 69/III Koto Beringin Kecamatan Siulak Kabupaten Kerinci, peneliti melanjutkan Pendidikan di SMP Negeri 5 Kerinci Kecamatan Siulak Mukai dan kemudian melanjutkan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 4 Kerinci Kecamatan Siulak. Peneliti melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi negeri, tepatnya di Universitas Negeri Padang (UNP) Fakultas Ilmu Keolahragaan pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi. Peneliti menyelesaikan kuliah strata satu (S1) pada tahun 2018..

Alhamdulillah dengan bekerja keras dan doa yang tiada henti untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dapat juga terselesaikan. Terima kasih untuk kedua orang tua saya Amak, abak, yang selalu memberi motivasi dan dorongan kepada saya membuat saya bisa tetap bertahan menyelesaikan tugas akhir ini dikala putus asa melanda dorongan orang tua sangat membantu untuk selalu memberi semangat dan juga bantuan moril dan materil yang tidak bisa diukur dengan apapun.

Dan akhirnya terimakasih banyak kepada semua pihak yang ikut membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa disebutkan nama satu persatu dan semoga tugas akhir ini berguna bagi masa yang akan datang,, Amiin ya Rob...

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis yang berupa skripsi dengan judul Tinjauan Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan lain
2. Karya tulis ini murni dari rumusan dan penelitian saya sendiri
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan apabila pada kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak beneran di dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya tulis ini, serta karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hokum yang berlaku.

Padang, Agustus 2018

Yang membuat pernyataan



Fenilia Franda Sari

Nim: 14089003

ABSTRAK

Fenilia Franda Sari (2018) : Tinjauan Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Bidang Pemuda dan Olahraga Dengan Staf Bidang Budaya Di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Bidang Pemuda dan Olahraga Dengan Staf Bidang Budaya Di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Bidang Pemuda dan Olahraga Dengan Staf Bidang Budaya Di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Staf Kantor Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci yang berjumlah 34 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *random sampling* dengan menetapkan Staf Bidang Pemuda dan Olahraga jumlah 7 orang dengan Staf Bidang Budaya berjumlah 7 orang di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci total sebanyak 14 orang sebagai sampel.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : 1) Status gizi Staf Bidang Pemuda dan Olahraga Dengan Staf Bidang Budaya Di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci untuk laki-laki kategorinya 2 orang yang kategorinya gemuk dan 7 orang kategori normal, perempuan 1 gemuk dan 4 normal, 2) Kebugaran jasmani Staf Bidang Pemuda dan Olahraga Dengan Staf Bidang Budaya Di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci untuk laki-laki berada pada kategori 1 orang kurang dan 8 orang kurang sekali, perempuan kategori kurang sekali, 3) Hemoglobin Staf Bidang Pemuda dan Olahraga Dengan Staf Bidang Budaya Di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci untuk laki-laki berada pada kategori normal dan perempuan kategori normal.

Kata Kunci : *Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan proposal ini, dengan judul “ **Tinjauan Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Bidang Pemuda Dan Olahraga Dengan Staf Bidang Budaya Kantor Pariwisata Pemuda Dan Olahraga Kabupaten Kerinci**”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Prodi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian skripsi ini Penulis banyak mendapat bantuan bimbingan dan arahan dari berbagai pihak, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri M.Pd, Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Zalfendi, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
3. Ibu Dr. Wilda Welis,SP.M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi dan bapak Dr. M. Sazeli Rifki,S.Si.,M.Pd, selaku sekretaris Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik dan menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Endang Sepdanius,S.Si.,M.Or sebagai Penasehat Akademik (PA) yang telah menyediakan waktu, tenaga pikiran dan kesabaran untuk membimbing Penulis.
5. Ibu Dr. Wilda Wellis,SP.,M.Kes. sebagai pembimbing I dan Bapak Endang Sepdanius,S.Si.,M.Or sebagai pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis selama dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Anton Komaini, S.Pd.,M.Pd, Bapak Fahd Mukhtarsyaf, S.Pd.,M.Pd dan Bapak Yogi Andria,S.Si.,M.Or selaku dosen penguji yang telah membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan-karyawati Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Bapak H. Ardinal K, S.Pd,M.Si sebagai Kepala Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.
9. Staf Pegawai Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
10. Ibu Dina Maria, A.Md.Keb, Indah Putri Armita dan Pepi Selpiana yang telah membantu dalam penelitian ini.
11. Teman-teman sesama mahasiswa Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Prodi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu yang telah Bapak/Ibu dengan limpahan pahala yang berlipat ganda. Semoga pengetahuan yang telah Bapak/Ibu berikan dalam proses perkuliahan dijadikan sebagai ilmu yang bermanfaat.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu Penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal.

Padang, Agustus 2018

Fenilia Franda Sari

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penulisan	7
F. Manfaat Penulisan	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	9
1. Hakekat Status Gizi	9
2. Hakekat Kebugaran Jasmani	21
3. Hakekat Hemoglobin.....	31
B. Kerangka Konseptual	35
C. Pertanyaan Penelitian	37

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel.....	38
D. Jenis dan Sumber Data.....	42
E. Instrumen Penelitian	42
F. Teknik Analisis Data.....	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif Data	49
B. Hasil Penelitian dan Penelitian.....	49
C. Pembahasan.....	55

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	59
B. Saran	59

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Skema Karangka Konseptual	36
Gambar 2. Harvard Step Up Test.....	46
Gambar 3. Alat Cek Hemoglobin	47
Gambar 4. Histogram Distribusi Frekuensi Data IMT Laki-laki	50
Gambar 5. Histogram Distribusi Frekuensi Data IMT Perempuan.....	51
Gambar 6. Histogram Distribusi Frekuensi Data Kebugaran Jasmani Laki-laki	52
Gambar 7. Histogram Distribusi Frekuensi Data Kebugaran Jasmani Perempuan	53
Gambar 8. Histogram Distribusi Frekuensi Data Hemoglobin Laki-laki.....	54
Gambar 9. Histogram Distribusi Frekuensi Data Hemoglobin Perempuan.....	55

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Norma Klasifikasi Status Gizi	12
Tabel 2. Takaran Latihan Kebugaran	28
Tabel 3. Status Klasifikasi Hemoglobin	34
Tabel 4. Staf Kantor Dinas Pariwisata Pemuda Dan Olahraga Kabupaten Kerinci 39	
Tabel 5. Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya	41
Tabel 6. Norma Klasifikasi Status Gizi	42
Tabel 7. Norma Klasifikasi <i>Harvard Step Up Test</i>	46
Tabel 8. Norma Klasifikasi Hemoglobin.....	47
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Data Indeks Massa Tubuh (IMT) Laki-laki	49
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Data Indeks Massa Tubuh (IMT) Perempuan	50
Tabel 11. Distribusi Data Kebugaran Jasmani Laki-laki.....	51
Tabel 12. Distribusi Data Kebugaran Jasmani Perempuan	52
Tabel 13. Distribusi Data Hemoglobin Laki-laki	53
Tabel 14 Distribusi Data Hemoglobin Perempuan	54

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu bidang yang mendapat perhatian secara nasional di Indonesia, terutama dalam meningkatkan kualitas manusia yang menjunjung tinggi nilai *sportifitas*, disiplin untuk ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan usaha untuk meningkatkan kualitas manusia yang ditunjukkan kepada kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat Indonesia.

Salah satu usaha menciptakan manusia Indonesia seutuhnya adalah dengan cara pembinaan melalui olahraga. Olahraga termasuk salah satu alat yang ampuh dalam pendidikan. Pendidikan akan kurang lengkap tanpa adanya olahraga, karena gerakan yang dilakukan manusia merupakan landasan dari cara belajar mengenal lingkungan dan mengenali diri sendiri sehingga melalui kegiatan olahraga dapat mengembangkan kemampuan jasmani, rohani dan sosial serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat sebagaimana. Dalam Undang-Undang RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 4, menyatakan bahwa:

“keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan bangsa, memperkuat pertahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”

Untuk menumbuh kembangkan budaya olahraga guna untuk meningkatkan masyarakat Indonesia, sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran jasmani yang cukup, dimulai sejak dini melalui pendidikan olahraga

dan masyarakat. (Depdikbud,1994) Perkembangan olahraga yang semakin pesat pada saat ini membutuhkan penanganan dan persiapan yang matang. UU RI No 3 tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan pasal 24 tentang lembaga pemerintah maupun swasta berkewajiban menyelenggarakan pembinaan dan pengembangan olahraga bagi karyawannya untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran dan kegembiraan serta kualitas dan produktivitas sesuai dengan kondisi masing-masing.

Faktor kesehatan dan gizi yang optimal sangat penting terhadap sumber daya manusia merupakan aset nasional yang mendasar dan juga merupakan faktor penentu bagi keberhasilan pembangunan. Kualitas sumber daya manusia harus ditingkatkan terus-menerus sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan, teknologi dan perkembangan zaman. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan sumber daya manusia melalui pendidikan. Oleh karena itu proses peningkatan sumber daya manusia tersebut mendapat suasana yang kondusif demi terwujudnya segala potensi dimilikinya.

Dalam menghadapi suatu pekerjaan seseorang akan mengalami banyak tekanan, gangguan fisiologis, gangguan psikologis yang berakibat stress. Begitu juga yang dirasakan staf pegawai dikantor membutuhkan stamina yang cukup. Staf pegawai melaksanakan tugas dari pukul 08:00-16:00 WIB. Para pegawai ini perlu mempunyai keseimbangan antara kerja dan kesehatan. Baik jasmani maupun rohani supaya lebih bugar serta memiliki semangat kerja yang tinggi dan kebugaran jasmani yang baik. Untuk mendapatkan tingkat jasmani yang tinggi

selain latihan fisik (olahraga), juga dibutuhkan status gizi yang baik. Makin baik status gizi seseorang semakin baik mereka dalam melakukan pekerjaan.

Masalah gizi yang terjadi karena adanya ketidak seimbangan antara asupan dengan kebutuhan tubuh akan makanan dan pengaruh interaksi penyakit (infeksi). Asupan gizi dalam tubuh kurang, menjadikan status gizi menjadi buruk, sehingga seseorang tidak akan mempunyai cukup energi untuk melakukan aktivitas fisik dalam keseharian.

Pengaruh status gizi dan hemoglobin pada manusia sangatlah kompleks, antara lain dapat berpengaruh terhadap perkembangan mental, pertumbuhan, produktivitas, dan kesanggupan kerja, perkembangan, dan fungsi fisik. Dampak lain pada orang dewasa antara lain: meningkatkan penyakit degenetif, seperti jantung coroner, diabetes militus, hipertensi, penyakit hati, dan neoplasma seperti tumor kanker. Kondisi fisik manusia akan banyak sekali mempengaruhi kesehatan jiwa dan begitu pula sebaliknya. Dengan demikian kebugaran jasmani akan sangat mempengaruhi kepuasan kerja sehingga dapat meningkatkan produktivitas kerja staf pegawai selaku bentuk pengabdian kepada masyarakat.

Kebugaran jasmani yang baik memerlukan modal dasar utama bagi seseorang untuk melakukan aktivitas fisik secara berulang-ulang dalam waktu yang relatif lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Dengan dimilikinya kebugaran jasmani yang baik maka diharapkan seseorang akan mampu bekerja dengan produktif dan efisien, tidak terserang penyakit, belajar lebih semangat serta dapat berprestasi secara optimal, dan tangguh dalam menghadapi kehidupan

yang penuh tantangan, baik sebagai pelajar, mahasiswa, karyawan, ataupun olahragawan.

Kebugaran jasmani optimal dapat diperoleh melalui latihan fisik yang benar, teratur dan terukur. Selain melakukan latihan fisik yang benar, teratur dan terukur, mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi serta memperhatikan kebutuhan aktivitas rekreasi sebagai penimbang kondisi fisik dan mental merupakan pola hidup sehat yang harus diterapkan untuk memperoleh derajat kesehatan dan kebugaran jasmani yang optimal. Kebugaran jasmani sendiri juga tidak lepas dari pengaruh status gizi yang baik. Asumsi penelitian dengan kebugaran jasmani adalah setiap orang yang memiliki kebugaran jasmani yang baik akan memiliki status gizi yang baik pula.

Kekurangan hemoglobin dalam darah mengakibatkan kurangnya oksigen yang ditransportasi ke sel tubuh maupun otak, sehingga menimbulkan gejala mudah letih, lesu, lemah dan cepat lelah. Hemoglobin adalah suatu protein majemuk yang mengandung unsur non protein yaitu *heme* yang terdapat pada sel darah merah dan memberi warna merah pada darah yang berfungsi untuk mengatur pertukaran oksigen dengan karbondioksida di dalam jaringan-jaringan tubuh. Kadar hemoglobin adalah kadar normal hemoglobin pada darah yang telah ditentukan oleh *World Health Organization* (WHO). Dalam penelitian ini hemoglobin diukur dengan metode sahli.

Pada umumnya pegawai kantor melaksanakan tugas dari jam 08:00-16:00 WIB. Pekerjaan yang terlihat menjemukan kesehariannya banyak duduk dan kurang bergerak sehingga mudah sekali menimbulkan kelelahan dan mudah

ketiduran dikantor. Para staf perlu mempunyai keseimbangan antara kerja dan kesehatan baik jasmani maupun rohani supaya lebih bugar serta memiliki semangat kerja tinggi dan kebugaran jasmani yang baik merupakan faktor paling penting dalam menjalankan tugas sebagai staf kantor terutama Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci untuk menjalankan tugas kantor sehari-hari secara berulang-ulang dalam waktu yang relatif lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti.

Berdasarkan hasil observasi di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci faktor yang mempengaruhi produktifitas kerja pegawai seperti disiplin kerja, sikap, etika kerja, lingkungan kerja serta gizi dan kesehatan. Gizi yang baik akan mempengaruhi kesehatan pegawai dan semua akan berpengaruh terhadap produktifitas kerja pegawai. Banyak pegawai yang sering terlambat masuk kerja, dan pulang sebelum jam kerja berakhir.

Berdasarkan hasil observasi tersebut dapat disimpulkan kemungkinan besar aktivitas kerja dipengaruhi oleh status gizi, kebugaran jasmani dan hemoglobin. Maka peneliti ingin meneliti tentang **Tinjauan Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Hemoglobin Staf Pegawai di Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum diketahui status gizi Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.
2. Belum diketahui kebugaran jasmani Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.
3. Belum diketahui hemoglobin Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.
4. Kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.

C. Pembatasan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah, agar pembahasan pada penelitian ini tidak terlalu luas, maka penelitian ini hanya akan membahas tentang status gizi, kebugaran jasmani dan hemoglobin Staf Pegawai Kantor Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut dapat dirumuskan permasalahannya sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran status gizi Staf Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.
2. Bagaimana gambaran kebugaran jasmani Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.
3. Bagaimana gambaran hemoglobin Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Bidang Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Kerinci.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi, kebugaran jasmani dan hemoglobin Staf Kantor Bidang Pemuda dan Olahraga dengan Staf Budaya di Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi pegawai kantor dinas pariwisata pemuda dan olahraga dengan adanya penelitian ini diharapkan Pegawai Kantor Dinas Pariwisata Pemuda dan olahraga Kabupaten Kerinci dapat mengetahui status gizi, kebugaran jasmani serta hemoglobin dengan menerapkan pola hidup sehat dan berolahraga secara teratur.
2. Bagi Penulis, sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan tugas akhir untuk mendapatkan gelar Strata Satu (S1) Sarjana Olahraga Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Prodi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

3. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam menyelesaikan bahan bacaan bagi mahasiswa pada perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.
4. Sebagai bahan masukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti masalah ini lebih mendalam lagi.