TINJAUAN MOTIVASI DAN STATUS GIZI SISWA PUTERI DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SD NEGERI 01 SARIK LAWAS KECAMATAN AKABILURU KABUPATEN 50 KOTA

SKRIPSI

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

Oleh
Jun Fahmi
NIM. 03569

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

2012

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

TINJAUAN MOTIVASI DAN STATUS GIZI SISWA PUTERI DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SD NEGERI 01 SARIK LAWAS KECAMATAN AKABILURU KABUPATEN 50 KOTA

Nama	: Jun Fahmi
NIM	: 03569
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juni 2012

Disetujui Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
Dra. Erianti, M.Pd	**Drs. Kibadra**
NIP. 19620705 198711 2 001	NIP. 19570118 198503 1 003

Mengetahui :
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul	:	**Tinjauan Motivasi dan Status Gizi Siswa Puteri dalam Pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota**
Nama	:	Jun Fahmi
NIM	:	03569
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan	:	Pendidikan Olahraga
Fakultas	:	Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juni 2012

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dra. Erianti, M.Pd	1. _____
2. Sekretaris	: Drs. Kibadra	2. _____
3. Anggota	: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	3. _____
4. Anggota	: Drs. Qalbi Amra, M. Pd	4. _____
5. Anggota	: Dra. Darni, M.Pd	5. _____

ABSTRAK

Jun Fahmi, (03569) : Tinjauan motivasi dan status gizi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya motivasi dan status gizi siswa di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota. Dengan demikian tujuan penelitian ini yaitu menggambarkan hasil data tentang motivasi siswa puteri dalam embelajaran penjasorkes dan status gizinya..

Jenis penelitian adalah *deskriptive.* Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SD Negeri 1 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota, yang berjumlah sebanyak 65 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah sebanyak 35 orang siswa puteri. Untuk pengambilan data dilakukan penyebaran angket untuk memperoleh data motivasi dan tes antropometri dilakukan untuk memperoleh data status gizi. Data dianalisis dengan teknik persentase dengan klasifikasi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa motivasi siswa puteri dalam pempembelajaranan penjasorkes erada dalam klasifikasi “Kurang”, karena diperoleh tingkat capaian sebesar 62%. Sedangkan data status gizi siswa puteri di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota dari 35 orang siswa puteri puteri yang memiliki status gizi kategori baik adalah sebanyak 32 orang (91,43%) dan status gizi kategori kurang adalah 2 orang (5,71%). Sedangkan yang memiliki status gizi kategori buruk yaitu hanya 1 orang (2,86%).

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tinjauan motivasi dan status gizi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dra. Erianti, M.P dan Drs. Kibadra selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.

yang sangat berarti kepada penulis sehingga penulisan skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik.

4. Drs. Willadi Rasyid, M.Pd, Drs. Qalbi Amra, M.Pd dan Dra. Darni, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua orang tua ku tercinta yang telah memberikan bantuan secara moril yaitu bimbingan, dorongan, motivasi serta do'a dan bantuan secara materil, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan.
6. Pihak sekolah SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan melibatkan siswa sebagai sampel.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Mei 2012

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 5
C. Pembatasan Masalah 5
D. Rumusan Masalah 5
E. Tujuan Penelitian 6
F. Manfaat Penelitian 6
BAB II KAJIAN PUSTAKA
A. Kajian Teori
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 7
2. Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Penjasorkes 10
3. Status Gizi 15
B. Kerangka Konseptual 18
C. Pertanyaan Penelitian 19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian 20
B. Populasi dan Sampel 20
C. Jenis dan Sumber Data 22
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data 22
E. Teknik Analisa Data 23
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Deskripsi Data
1. Motivasi Siswa Puteri Dalam Pembelajaran Penjasorkes 25
2..Status Gizi Siswa Puteri 30

B. Pembahasan 31
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN
A. Kesimpulan..... 37
B. Saran..... 37
DAFTAR PUSTAKA..... 39

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1. Populasi Penelitian 21
2. Sampel Penelitian 22
3. Distribusi Hasil Data Motivasi Siswa Puteri dalam Pembelajaran Penjasorkes 26
4. Frekuensi Jawaban Motivasi Siswa puteri Dalam Pembelajaran Penjasorkes 27
5. Distribusi Hasil Data Status Gizi Siswa Puteri 30

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Histogram Frekuensi Variabel Motivasi 26
2. Histogram Frekuensi Variabel Status Gizi 31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Kisi-kisi Angket 40
2. Format Pengisian Angket 41
3. Angket Penelitian..... 42
4. Rekap Data Motivasi 45
5. Rekap Data Status Gizi 46
6. Penilaian Status Gizi Berasal BB/TB 47
7. Indeks Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB) Anak Umur 6 – 17 Tahun 47
8. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan..... 48
9. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Kepala Sekolah SD Negeri 01 Sarik Lawas Kec. Akabiluru Kab. 50 Kota..... 49
10. Dokumentasi Penelitian..... 50

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Pendidikan sebagai suatu poses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, diantaranya pendidikan jasmani olahraga dan kesehata. Penjasorkes yang diajarkan di Sekolah Dasar memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas penjasorkes yang terpilih yang dilakukan secara sistematis.

Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pelajaran (KTSP) Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan untuk Sekolah Dasar menurut Badan Nasional Standar Pendidikan (2007:296) bertujuan untuk.

> "Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, meningkatkan pertumbuhan fisik, keterampilan gerak dasar, memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif".

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa banyak sekali tujuan yang hendak dicapai dari pembelajaran penjasorkes, diantaranya adalah untuk meningkatkan pertumbuhan fisik, keterampilan gerak dasar dan memelihara kesegaran jasmani serta pola hidup sehat. Di samping itu melalui pembelajaran penjasorkes dalam berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih di

harapkan mereka terampil dan memiliki sikap yang positif serta dapat mengaplikasikan ke dalam kehidupan sehari hari.

Kita berharap dalam proses belajar mengajar penjasorkes di sekolah dapat berjalan dengan baik seperti yang kita harapkan, sehingga tujuan pembelajaran penjasorkes dapat dicapai. Untuk mewujudkan tujuan tersebut perlu partisipasi serta kerja sama dari berbagai pihak yang bertanggung jawab terhadap kelangsungan dan kemajuan pendidikan. Misalnya guru dalam mengajar penjasorkes mampu meningkatkan motivasi siswa dalam belajar. Motivasi merupakan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan.

Dari penjelasan di atas, bila dihubungan dengan motvasi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes, maka jelaslah bahwa dorongan yang terdapat dalam diri siswa untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan, misalnya kebutuhan untuk mendapatkan nilai atau hasil belajar penjasorkes menjadi lebih baik. Di samping itu peranan penting dari motivasi dalam belajar dan pembelajaran antara lain sesuai yang dikemukakan oleh Hamzah (2006:27) yaitu 1) menentukan hal-hal yang dapat dijadikan penguat belajar, 2) memperjelas tujuan belajar yang hendak dicapai, 3) menentukan ragam kendali terhadap rangsangan belajar, 4) menentukan ketekunan belajar".

Berdasarkan penjelasan peranan motivasi dalam belajar dan pembelajaran, maka jelaslah bahwa hal ini dapat dijadikan penguat belajar, tujuan belajar menjadi jelas dan dapat merangsang ketekunan belajar bagi siswa, begitu juga dalam proses pembelajaran penjasorkes motivasi siswa sangat penting artinya dalam mencapai tujuan pembelajaran dan hasil belajar yang diinginkan dapat dicapai dengan baik, salah satu faktor pendukungnya adalah siswa motivasi yang baik terhadap pembelajaran penjasorkes.

Berdasarkan observasi dan informasi dari guru penjasorkes, tentang motivasi siswa puteri di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota, dalam mengikuti proses pembelajaran penjasorkes masih rendah. Hal ini dinyatakan oleh guru penjasorkes untuk materi-materi tertentu seperti senam lantai, ketangkasan berlari, gerakan ritmik, senam ketangkasan dan sebagainya, mereka banyak malas dan kadang-kadang kurang serius melakukan gerakan yang diberikan guru, bahkan ada dari siswa puteri tersebut hanya berdiri melihat temannya belajar. Semua ini tentunya akan menjadi permasalahan dalam mencapai tujuan pembelajaran penjasorkes tersebut.

Melihat kenyataan di atas, penulis beranggapan bahwa motivasi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes masih rendah. Rendahnya motivasi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes, mungkin hal ini disebabkan oleh faktor-faktor antara lain adalah kemampuan dan kreaktifitasan guru dalam mengajar, sarana dan

prasarana yang belum memadai, lingkungan belajar yang kurang kondusif, pemilihan media dan metoda yang kurang tepat, modifikasi pembelajaran, tingkat kesegaran jasmani yang rendah, dan status gizi siswa yang buruk.

Kemudian pada kesempatan ini, penulis juga berkeinginan untuk meneliti status gizi siswa puteri di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota, ada keinginan penulis untuk mengetahui bagaimana status gizi. Status gizi menurut Soekirman (2000:12) status gizi adalah "keadaan kesehatan fisik seseorang atau sekelompok orang yang ditentukan dengan salah satu atau kombinasi dari ukuran-ukuran gizi tertentu". Dengan siswa memiliki gizi yang baik, siswa menjadi sehat dan tentunya fisik mereka siapuntuk melakukan kegiatan pembelajaran penjasorkes dengan baik.

Dengan demikian kedua faktor ini yaitu motivasi belajar dan status gizi yang baik mempunyai peranan penting bagi siswa di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Maka judul penelitian ini tinjauan motivasi dan status gizi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota. Dengan suatu harapan mendapatkan gambaran yang akurat dan terarah tentang status gizi dan motivasi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka identifikasi masalah dapat dikemukakan adalah :

1. Tingkat kesegaran jasmani siswa yang rendah
2. Motivasi siswa puteri
3. Kemampuan dan kreaktifitasan guru dalam mengajar
4. Sarana dan prasarana pembelajaran yang belum memadai
5. Pemilihan media dan metode yang kurang tepat
6. Lingkungan belajar yang kurang kondusif
7. Modifikasi pembelajaran penjasorkes
8. Bakat dan minat siswa puteri terhadap penjasorkes
9. Status gizi siswa puteri.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi motivasi siswa puteri terhadap pembelajaran penjasorkes, dan keterbatasan yang penulis miliki, maka penelitian ini dibatasi atas beberapa faktor saja yaitu:

1. Motivasi siswa puteri
2. Status gizi siswa puteri

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana motivasi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota

2. Bagaimana status gizi siswa puteri di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Motivasi siswa puteri dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota
2. Status gizi siswa puteri di SD Negeri 01 Sarik Lawas Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pihak sekolah sebagai bahan masukan untuk lebih meningkatkan motivasi siswa dalam proses pembelajaran penjasorkes.
3. Peneliti selanjutnya untuk bahan masukan atau referensi yang ingin meneliti permasalahan yang sama secara lebih mendalam.
4. Mahasiswa sebagai bahan bacaan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang.
5. Guru penjas sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam usaha dan upaya meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes.