

**PENGARUH LATIHAN *SHOOTING* DENGAN BOLA BERGERAK DAN
SHOOTING BOLA DIAM TERHADAP AKURASI TENDANGAN
KE GAWANG PEMAIN SEPAKBOLA SMP NEGERI 4
PAYAKUMBUH**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OZI PRAMANA
NIM. 14086382**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEERI PADANG
2019**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Tingkat Kesegaran Jasmani dan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam

Nama : Angga Novertha

NIM : 1306007/2013

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

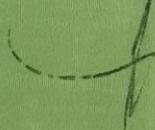
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2019

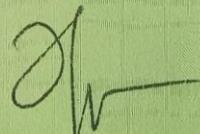
Disetujui oleh

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dr. Hendri Neldi, M. Kes. AIFO
NIP. 196205201987031002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Angga Noverna

NIM : 1306007/2013

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
Dengan Judul

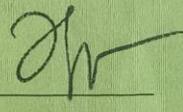
**Tingkat Kesegaran Jasmani dan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar
Penjasorkes Siswa SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang
Kabupaten Agam**

Padang, Juli 2019

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO

1 

2. Sekretaris : Dr. Erizal Nurmai, M.Pd

2 

3. Anggota : Drs. Jouni, M.Pd

3 

ABSTRAK

Angga Noverma (2019) : Tingkat Kesegaran Jasmani dan Staus Gizi terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam

Masalah dalam penelitian ini berawal dari masih adanya nilai belajar Penjasorkes siswa yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kesegaran jasmani dan status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam.

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam yang berjumlah 478 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 67 orang siswa kelas X dan kelas XI. Teknik pengambilan data yaitu : 1) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk usia umur 16-19 tahun di tes dengan : a) Lari 60 meter, b) Tes angkat tubuh dan gantung siku tekuk, c) Baring duduk 60 detik, d) Loncat tegak, e) Lari 1200 dan 1000 meter. 2) Data Status gizi diambil dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan. 3) Data hasil belajar diamabil dari nilai semester ganjil siswa. Data dianalisis dengan menggunakan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Hasil analisis data diperoleh sebagai berikut : 1) Terdapatnya hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani siswa putra dan putri terhadap hasil belajar Penjasorkes, 2) Terdapatnya hubungan yang signifikan antara status gizi siswa putra dan putri terhadap hasil belajar Penjasorkes, 3) Terdapatnya hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dan status gizi siswa putra dan putri secara bersama terhadap hasil belajar Penjasorkes.

Kata Kunci : Tingkat Kesegaran Jasmani, Status Gizi, Hasil Belajar Penjasorkes

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Tingkat Kesegaran Jasmani dan Status Gizi terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam**”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) 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. Dr. Alnedral, 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. Zarwan, M. Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO, selaku pembimbing yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Dr. Erizal Nurmai, M.Pd dan Drs. Jonni, M.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Seluruh Staf Pengajar dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis tentang proses belajar mengajar.
6. Kepala SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
7. Guru Penjasorkes SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.
8. Siswa SMK Negeri 1 Ampek Angkek Canduang Kabupaten Agam yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Teman-teman dekat dan teman-teman sejawat sesama mahasiswa FIK UNP.

Akhir kata penulis mendo'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, Juli 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 Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	12
1. Hasil Belajar Penjasorkes	12
2. Tingkat Kesegaran Jasmani.....	16
3. Sstatus Gizi	27
B. Kerangka Konseptual.....	34
C. Hipotesis.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37

C. Populasi dan sampel.....	37
D. Definisi Operasional	39
E. Jenis dan Sumber Data.....	39
F. Teknik dan Alat Pengumpul Data	40
G. Teknik Analisis Data	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	57
B. Pembahasan	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	38
2. Sampel Penelitian.....	38
3. Nilai Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Putra.....	51
4. Nilai Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Putri.....	52
5. Norma Tes Kesegaran Jasmani Indonesia	52
6. Penilaian Status Gizi	52
7. Indek Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB).....	53
8. Penilaian Hasil Belajar	55
9. Distribusi Frekuensi Kesegaran Jasmani Siswa Putra.....	57
10. Distribusi Frekuensi Kesegaran jasmani Siswa Putri	59
11. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Putra.....	60
12. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Putri	61
13. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Siswa Putra	63
14. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Siswa Putri	64
15. Uji Normalitas	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	36
2. Tes Lari 60 Meter	43
3. Tes Gantung Siku Tekuk.....	46
4. Tes Baring Duduk.....	48
5. Loncat Tegak.....	49
6. Tes Lari 1200 Meter dan 1000 Meter	51
7. Histogram Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra	58
8. Histogram Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri.....	60
9. Histogram Status Gizi Siswa Putra.....	61
10. Histogram Status Gizi Siswa Putri.....	62
11. Histogram Hasil Belajar Siswa Putra.....	63
12. Histogram Hasil Belajar Siswa Putri	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Deskripsi Data Tes Kesegaran Jasmani Siswa Putra.....	83
2. Deskripsi Data tes Kesegaran Jasmani Siswa Putri.....	84
3. Deskripsi Data Status Gizi Siswa Putra.....	85
4. Deskripsi Data Status Gizi Siswa Putri.....	86
5. Data Hasil Belajar Siswa Putra.....	87
6. Data Hasil Belajar Siswa Putri.....	88
7. Rekap Data Penelitian Putri.....	89
8. Rekap Data Penelitian Putri.....	90
9. Pengolahan Data dengan Program SPSS.....	91
10. Uji Hipotesis dengan Korelasi <i>Product Moment</i>	99
11. Tabel Nilai-nilai "r" <i>Product Moment</i>	114
12. Tabel Nilai-nilai Dalam Distribusi "t".....	115
13. Tabel 95th <i>Precentilel of the "f" Distribution</i>	116
14. Tabel X Tabel Harga-harga Kritis Dalam Test Kolmogorov-Smirnov.....	117
15. Dokumentasi Penelitian.....	118
16. Surat Izin Penelitian.....	122

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah salah satu bidang yang memegang peran penting untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya. Tujuan pendidikan itu sendiri adalah mengembangkan sumber daya manusia sedini mungkin secara terarah, menyeluruh dan optimal serta sehat jasmani dan rohani berlandaskan Pancasila. Dalam rangka pengembangan pembangunan disegala bidang melalui pendidikan pemerintah berupaya melalui penyelenggaraan mata pelajaran yang dimuat dalam kurikulum nasional yang bertujuan membantu pembinaan dan perkembangan jasmani, mental serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Hal ini sesuai dengan pasal 3 Undang-undang RI No 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang menyatakan bahwa :

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradapan bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dikatakan bahwa tujuan pendidikan pada dasarnya adalah meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui peningkatan mutu pendidikan diupayakan tercapainya pembentukan profil manusia Indonesia yang siap secara intelektual, mental, fisik dan rohani demi menghadapi masa depan yang makin membutuhkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional

tersebut harus didukung banyak faktor diantaranya sarana dan prasarana yang ada disekolah, kemampuan guru, motivasi dan kemampuan siswa, gizi, namun yang tidak kalah pentingnya adalah kondisi kebugaran jasmani dan status gizi.

Kesegaran jasmani memiliki peranan penting dalam kegiatan sehari-hari, terutama bagi siswa Sekolah Dasar sampai keperguruan tinggi karena kebugaran jasmani yang baik sangat diperlukan oleh siswa baik dalam mengikuti proses pembelajaran disekolah maupun mencapai prestasi diluar sekolah. Menurut Sumosardjono dalam Mutohir (2004:117) yang menyatakan bahwa kesegaran jasmani adalah : “Kemampuan seseorang untuk menunaikan tugasnya sehari-hari dengan gampang, tanpa merasa lelah yang berlebihan, dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk keperluan mendadak”. Kesegaran jasmani merupakan kemampuan untuk menunaikan tugas-tugas dengan baik walaupun dalam keadaan sukar, dimana orang yang kesegaran jasmaninya kurang, tidak akan dapat melakukan aktivitas yang membutuhkan kekuatan fisik dengan baik.

Begitu juga dengan status gizi. Menurut Mutohir (2004:92) “Status Gizi adalah kondisi dari setiap individu yang dipengaruhi oleh penggunaan zat makanan, kesehatan dan mempunyai energi untuk belajar dan bermain”. Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dalam pembelajaran di sekolah kecukupan akan zat gizi makanan sangat diperlukan oleh tubuh agar dapat mengikuti pembelajar di sekolah dengan baik. Dengan

kata lain kekurangan gizi merupakan salah satu kendala dalam keberhasilan pada pembelajaran di sekolah.

Siswa yang akan melakukan pembelajaran di sekolah perlu mengkonsumsi makanan yang bergizi sebelum pergi ke sekolah, yang terbaik untuk seorang anak adalah makan makanan yang banyak mengandung zat-zat gizi seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan air dan yang penting diperhatikan adalah keseimbangan dari zat gizi tersebut, sebab apabila tidak seimbang akan dapat menyebabkan gizi kurang. Menurut Mutohir (2004;131) : "Gizi yang kurang atau buruk pada masa bayi dan kanak-kanak dapat berakibat terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasannya". Dengan demikian dapat dikatakan bahwa status gizi dapat mengganggu pertumbuhan dan kecerdasan seseorang, bagi seorang siswa tentu ini dapat mempengaruhi proses belajar mengajar pendidikan di sekolah. Dengan demikian pemahaman tentang gizi anak diperlukan termasuk pemahaman tentang akibat yang ditimbulkan karena kekurangan gizi yang tidak seimbang, serta derajat kesehatan siswa yang rendah akan menghambat pertumbuhan otak dan gilirannya akan menurunkan kemampuan otak dalam mencatat, menyerap, menyimpan, memproduksi dan merekonstruksi informasi. Dan hal yang dimiliki tentu akan mempengaruhi hasil dari belajar siswa di sekolah.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa seorang siswa sangat penting mempunyai kesegaran jasmani dan status gizi yang baik, karena bila kesegaran jasmani dan status gizi siswa baik tentunya mereka akan mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik tanpa

mengalami kelelahan berarti, dengan demikian mereka dapat melakukan kegiatan pembelajaran Penjasorkes dengan baik. Adisasmita, (1998:17) mengemukakan bahwa :

Seseorang yang mempunyai dasar kesegaran jasmani yang baik, akan lebih baik, dan perkembangan badan yang kuat melalui aktivitas jasmani, akan lebih memiliki semangat hidup yang lebih besar dan mempunyai tingkat tenaga yang prima. Dengan tenaganya tersebut tentunya akan dapat menyelesaikan tugasnya dan kegiatan rutin yang dihadapinya.

Bertolak dari pendapat di atas dapat dikemukakan bahwa kesegaran jasmani merupakan faktor penentu dalam segala aspek kehidupan. Siswa yang memperoleh kesegaran jasmani yang baik akan mampu melakukan aktivitas di rumah dan di sekolah dalam mengikuti pembelajaran dengan semangat, motivasi tinggi tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan pada akhirnya mereka akan mendapatkan hasil belajar yang baik.

Hasil belajar merupakan sesuatu yang telah dicapai oleh siswa. Hasil belajar yang baik adalah sesuatu yang sangat dicita-citakan siswa. Setiap siswa diharapkan memiliki hasil belajar yang baik di sekolah. Sekolah mengharapkan agar semua siswa mendapatkan hasil belajar yang memuaskan setelah mengikuti pelajaran. Hal ini dimaksudkan agar setiap siswa mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang sama dalam belajar.

Hasil belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang bersifat eksternal, maupun yang bersifat internal menurut Depdikbud (1993:5). Faktor eksternal yang mempengaruhi hasil belajar meliputi : “Sosial budaya, kurikulum, program, sarana, fasilitas dan guru, selanjutnya Slameto (2010:54) menambahkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam

belajar intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif kematangan dan kesegaran jasmani. sedangkan menurut Mulyasa (2004:190) “Faktor yang mempengaruhi hasil belajar adalah tingkat kesegaran jasmani dan status gizi”.

Berdasarkan kutipan tersebut, jelas bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar adalah tingkat kesegaran jasmani dan status gizi. Hal ini disebabkan karena aktivitas belajar sangat membutuhkan kondisi kesehatan secara prima. Selama belajar, siswa memainkan peran yang terkait dengan fisik jasmaninya maupun mental spritualnya. Kerja otak justru sangat menguras tenaga secara cepat. Hubungan psikosomatik anak akan mempengaruhi lancar tidaknya siswa dalam belajar, biasanya siswa akan mudah lelah dan kegiatan belajar tidak maksimal.

Berhasil tidaknya proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah tergantung dari proses pembelajaran itu, dilaksanakan sesuai dengan kurikulum yang di tetapkan oleh pemerintah pusat, pada saat ini kurikulum mengalami perubahan dari kurikulum tingkat satuan menjadi Kurikulum 2013 namun sebagian sekolah menggunakan kurikulum lama dan sebagian menggunakan kurikulum baru, hal ini menyebabkan perbedaan yang mendasar berdasarkan perbedaan kurikulum tingkat satuan pendidikan dengan Kurikulum 2013 namun untuk menjalankan kedua kurikulum tersebut tidak lepas dari sarana dan prasarana yang menunjang, pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan lebih banyak berlangsung secara praktek dan sedikit teori.

Dalam pencapaian keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain : perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, evaluasi pembelajaran, motivasi belajar pembelajaran, metode pembelajaran yang digunakan, kompetensi guru, sosial ekonomi serta sarana dan prasarana.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang pada bulan Januari 2018 terlihat kurang terlaksananya pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berdasarkan kurikulum 2013 seperti : kegiatan mengamati, menanya dan mengkomunikasikan hasil, oleh karena itu, diperoleh kesimpulan sementara bahwa pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan belum berlangsung secara optimal sesuai dengan Kurikulum 2013. Hal ini berdasarkan apa yang penulis amati antara lain: pelaksanaan pembelajaran belum sesuai dengan sistematika pembagian waktu pembelajaran yang efektif dan efisien seperti kegiatan awal yang berisi (apersepsi, presepsi), kegiatan inti (mengamati, menanya, mencoba, menalar, mengomunikasikan, dan menyimpulkan), kegiatan akhir (pendinginan, kesimpulan pembelajaran, penutup pembelajaran).

Berdasarkan informasi dan data yang penulis dapatkan dari Bapak Wildi selaku guru Penjasorkes di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam, ternyata hasil belajar Penjasorkes siswa masih ada beberapa orang siswa yang nilainya di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75. Dari hasil observasi yang telah peneliti lakukan di sekolah tersebut

ditemukan sebanyak 24.56% siswa yang belum tuntas atau belum mencapai KKM yang telah ditetapkan. Permasalahan ini didapatkan berdasarkan observasi yang telah pengamat lakukan pada siswa kelas X dan XI.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat disimpulkan bahwa masih banyak siswa yang hasil belajarnya yang belum tuntas. Diduga banyak faktor yang mempengaruhinya diantaranya : Faktor eksternal dan faktor internal siswa itu sendiri. Faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar siswa dapat di kelompokkan menjadi dua kelompok yaitu: kondisi fisiologis dan kondisi psikologis. Kondisi fisiologis pada umumnya sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar seseorang. Orang yang sehat jasmaninya akan berbeda cara belajarnya dengan orang yang sedang kelelahan. Anak-anak yang kurang gizi ternyata kemampuan belajarnya dibawah anak-anak yang baik gizinya. Selain kondisi fisiologis umum juga tak kalah pentingnya adalah kondisi panca indera yaitu penglihatan dan pendengaran. Beberapa faktor psikologis yang berpengaruh terhadap proses belajar adalah minat, kecerdasan, bakat, motivasi dan kemampuan kognitif.

Faktor eksternal ini dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu : faktor-faktor Lingkungan dan instrumental. Faktor-faktor lingkungan dapat berupa lingkungan alami dan lingkungan sosial. Lingkungan alami seperti keadaan suhu, kelembaban udara, dimana di Indonesia orang cenderung berpendapat bahwa belajar pada pagi hari akan lebih baik hasilnya dari pada belajar pada sore hari. Sedangkan Faktor instrumental adalah faktor yang pengadaan dan penggunaannya dirancang sesuai dengan hasil belajar yang diharapkan. Faktor

ini diharapkan dapat berfungsi sebagai sarana untuk mencapai tujuan belajar yang direncanakan.

Berpedoman pada penjelasan tersebut, banyak faktor yang menyebabkan belum tuntasnya hasil belajar Penjasorkes siswa di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam, maka penulis berpraduga rendahnya hasil belajar Penjasorkes siswa tersebut disebabkan oleh kondisi fisiologis salah satunya belum baiknya tingkat kesegaran jasmani dan status gizi siswa, hal ini terlihat pada saat mengikuti pelajaran dikelas maupun dilapangan siswa kelihatan malas, mengantuk, mudah lelah dan letih, serta sering menguap.

Berdasarkan uraian tersebut, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian untuk mendapatkan data dan informasi yang sebenarnya mengenai hubungan tingkat kesegaran jasmani dan status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam, maka peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar Penjasorkes siswa, maka dapat diidentifikasi beberapa penyebab masalah yaitu sebagai berikut :

1. Tingkat kesegaran jasmani
2. Status gizi
3. Fisiologis

4. Kondisi psikologis
5. Faktor lingkungan
6. Faktor instrumental
7. Kualitas guru
8. Program pengajaran guru
9. Dukungan kepala sekolah
10. Motivasi belajar siswa
11. Sarana dan prasarana
12. Dukungan orang tua

C. Pembatasan Masalah

Dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka perlu adanya batasan, maka penelitian ini dibatasi pada :

1. Tingkat kebugaran jasmani
2. Status gizi
3. Hasil belajar Penjasorkes

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan tingkat kebugaran jasmani terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam ?
2. Apakah terdapat hubungan status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam ?

3. Apakah terdapat hubungan tingkat kebugaran jasmani dan status gizi secara bersama-sama terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan tingkat kebugaran jasmani terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam.
2. Hubungan status gizi terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam.
3. Hubungan tingkat kebugaran jasmani dan status gizi secara bersama-sama terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa di SMK Negeri 1 Ampak Angkek Canduang Kabupaten Agam.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat bagi .

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pihak Sekolah, dapat dijadikan acuan atau bahan pertimbangan dalam peningkatan kebugaran jasmani dan meningkatkan hasil belajar siswa.
3. Guru Penjasorkes, sebagai upaya meningkatkan dan membina kebugaran jasmani dan status gizi siswa melalui pembelajaran di Sekolah.

4. Orang tua/wali murid, sebagai masukan tentang pengetahuan atau pengalaman sehingga lebih memahami dan mengerti akan pentingnya tingkat kesegaran jasmani dan status gizi dalam proses pembelajaran.
5. Siswa, sebagai pengetahuan tentang pentingnya kesegaran jasmani dan status gizi dalam pembelajaran Penjasorkes.
6. Penelitian ini selanjutnya untuk di jadikan referensi dan informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya.