

**KONTRIBUSI STATUS GIZI DAN TINGKAT KESEGERAN  
JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR PENJASORKES  
SISWA DI SD NEGERI 14 SINGKARAK  
KECAMATAN X KOTO SINGKARAK  
KABUPATEN SOLOK**

**SKRIPSI**

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



Oleh

**SANDI MISWARDI  
NIM. 03491**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2012**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

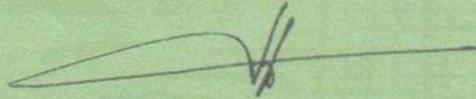
**KONTRIBUSI STATUS GIZI DAN TINGKAT KESEGERAN  
JASMANITERHADAP HASIL BELAJAR PENJASORKES  
SISWA DI SD NEGERI 14 SINGKARAK  
KECAMATAN X KOTOSINGKARAK  
KABUPATEN SOLOK**

Nama : Sandi Miswardi  
NIM : 03491  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2012

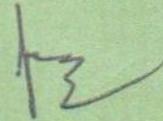
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Drs. Edwarsyah. M.Kes  
NIP.195912311988031019

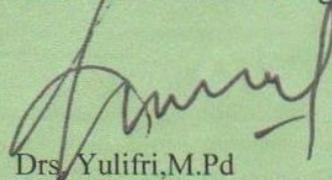
Pembimbing II



Drs. Nirwandi, M.Pd  
NIP. 195809141981021001

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP. 195907051985031002

## 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** : Kontribusi Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Siswa Di SD Negeri 14 Singkarak Kec. X Koto Singkarak Kab. Solok

**Nama** : Sandi Miswardi

**NIM** : 03491

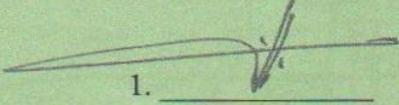
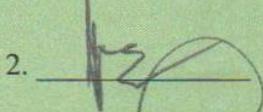
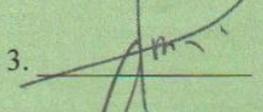
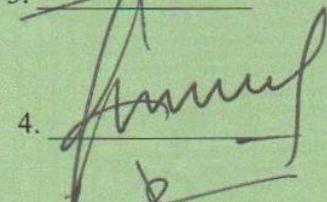
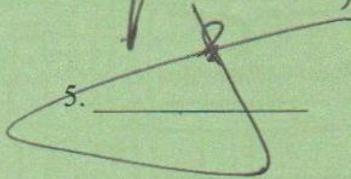
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2012

### Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Dra. Edwarsyah, M.Kes	1. 
2. Sekretaris	Drs. Nirwandi, M.Pd	2. 
3. Anggota	Drs. Syafrizar, M.Pd	3. 
4. Anggota	Drs. Yulifri, M.Pd	4. 
5. Anggota	Dra. Pitnawati, M.Pd	5. 

## "SEUNTAI LIRIK MUTIARA"

"Kita ini adalah mutiara, yang dikeluarkan dari dasar laut yang sangat asin, tapi bukankah mutiara itu sangat cantik dan sangat mahal???"

Buat orang-orang yang Qucintai, mutiara dihatiku...

Tertatih menata hidup, sejak kecil selalu ada keyakinan untuk meraih segalanya, meski tak semudah yang dibayangkan, saat jatuhQu berusaha bangkit lagi, sebab "Allah SWT tidak akan merubah nasib suatu kaum kecuali kaum itu sendiri yang merubahnya". Selagi kaki masih kuat berdiri, meski tajam dan berduri, akan kutapaki...syukur yang tiada henti atas segalanya, terimakasih ya Allah...rahmatmu, ujianmu, masih kau beri aQu kesempatan membuktikan kalau aQu bisa menatap masa depan,...

### "Thank You So Much Mather n Father"

Tak mudah bagimu menjalani semua ini, membesarkan putramu dengan berbagai perjuangan, ikhlas dengan semua yang kita miliki, ....tapi kau punya cinta dan kasih sayang yang tak terkalahkan....

Qupersembahkan sebuah karya kecil ini buat kedua orang tuaku tercinta,

Ayah...Ibu...semua ini mungkin belum mampu membalas tetes keringat yang telah korbankan demi anakmu, air matamu mengiringi perjuanganQu selama ini, tegar hatimu menguatkanQu meraih sekeping cita-cita, tanpamuQu tak mampu melangkah, senyummu yang selalu membuatQu tegar, doamu yang selalu menjadi semangatQu.....I Lov3 U  
....

### "Thank to All Bother n Sister"

Buat kakakQu tercinta "Agus Rizal, Nofrizal, Nelli Vialida, Leni Yunita" yang selalu jadi mentari hatiku, menuntun langkahQu yang tertatih-tatih... dan seluruh keluarga besarQu....terima kasih atas dukungannya....

### Thank to Someone Special

Buat my honey Qu....Sylvia Wira Yeriza yang selalu memberiQu semangat dan dukungan.

“Thank You So Much For My Teacher”  
Terima kasih yang tiada terkira ananda ucapkan buat Bapak Drs. Edwarsyah, M.Pd (Dosen Pembimbing I). Bapak adalah guru terbaik dan tercerdas yang pernah saya temui, tiada waktu tanpa ide, itulah kharisma yang selalu saya kagumi darimu. Juga buat Bapak Drs. Nirwanji, M.Pd (Dosen Pembimbing II), dengan kesabarannya Bapak membimbing saya, mungkin saya belum tentu bisa meraih gelar S.Pd ini. Buat Bapak dan Ibuk dosen Penjaskes. Rek yang tidak dapat disebutkan namanya satu demi satu, terima kasih yang tiada terkira atas limpahan ilmunya, semoga dibalasi surga oleh Allah SWT.

“For My Friends”

Tak ada perjuangan tanpa kehadiranmu teman, tak ada keharuan tanpa ada air mata yang pernah kita teteskan, kita berjuang untuk meraih apa yang kita cita-citakan... hari ini aku buktikan semua itu, aQu tunjukkan bahwa aQu mampu menepati janjiQu..teruntuk sahabatQu The lawanK(agung Vermatab, Rhifdillah, Afif syafri, Lizwardi, Arif Guntala Arrazak,Beli febrianto, Febriyandi,)HuWuzatulo Laia, Oki Putra Hardika, kita sama2 pernah lelah menghadapinya, tapi dengan kebersamaan kita bisa mencapai finish..thanks so much...

By

Sandi Miswardi, S. Pd

## ABSTRAK

**Sandi Miswardi, (2012) : Kontribusi Status Gizi dan Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok**

Penelitian ini didasari kenyataan sekolah bahwa masih rendah hasil belajar siswa dari semester sebelumnya, nilai siswa masih dibawah rata-rata atau di bawah standar kelulusan. Hal ini disebabkan oleh gizi yang buruk dan juga kesegaran jasmani siswa yang kurang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat seberapa besar kontribusi status gizi dan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas IV dan V siswa SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok yang berjumlah 27 orang. Teknik penarikan sampel dengan total *sampling*, maka sampel pada penelitian ini ditetapkan sebanyak 27 orang. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan, NHCS, TKJI dan hasil belajar. Data yang diperoleh dianalisis dengan *product moment* sederhana, dan dilanjutkan pada korelasi ganda untuk mendapatkan hubungan ke tiga variable tersebut, untuk mendapatkan kontribusi dilakukan dengan koefisien determinan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa, Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi terhadap hasil belajar penjasorkes, di mana  $r_{hitung} 0,407 > r_{tabel} 0,381$ , dengan kontribusi sebesar 16,6%. Kemudian terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes di mana  $r_{hitung} 0,505 > r_{tabel} 0,381$ , dengan kontribusi sebesar 25,5%. Dan terdapat hubungan secara bersama-sama antara status gizi dan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok di mana  $F_{hitung} 8,007 > F_{tabel} 0,3,40$ , dengan kontribusi sebesar 40,06%, Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa baik status gizi dan kesegaran jasmani siswa maka baik pula hasil belajar penjasorkes terutama pada siswa SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok.

## **KATA PENGANTAR**

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “kontribusi status gizi dan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes SD Negeri 14 Singkarak kec.X Koto Singkarak Kab.Solok”

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di FIK UNP. 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. Edwarsyah, M.Pd dan Drs. Nirwandi, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.
2. Dra. Pitnawati, M.Pd, Drs. Yulifri, M.Pd, dan Drs. Syafrizar , M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Arsil , M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang. yang telah memfasilitasi penulis untuk menyelesaikan studi ini

4. Drs. yulifri, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Eryani Agoes selaku kepala sekolah SD N 14 singkarak dan guru yang telah ikut berpartisipasi dalam membantu peneliti untuk mengumpulkan data.
6. Buat Ayah dan Ibu tercinta yang telah banyak mendoakan ku dalam menyelesaikan skripsi ini, dan juga buat kakakku semuanya yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk ku.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Amin...Amin.. Ya Robal Alamin.

Padang, Januari 2011

**Sandi miswardi**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	
	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KERANGKA TEORITIS</b>	
A. Kajian Teori	
1. Hasil Belajar Penjasorkes .....	9
2. Status Gizi .....	13
3. Tingkat Kesegaran Jasmani .....	20
B. Kerangka Konseptual .....	26
C. Hipotesis Penelitian .....	27

**BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian .....	29
B. Populasi dan Sampel .....	29
C. Jenis dan Sumber Data .....	30
D. Instrument Penelitian .....	31
E. Teknik Analisa Data .....	39

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data	
Status gizi .....	42
Kesegaran jasmani .....	43
Hasil belajar penjasorkes .....	44
Uji Persyaratan Analisis .....	46
Uji Hipotesis .....	47
Pembahasan .....	51

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan .....	57
Saran .....	57

**DAFTAR PUSTAKA ..... 59****LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	29
2. Sampel Penelitian .....	30
3. Distribusi Hasil Data Status gizi.....	42
4. Distribusi Hasil Data Kesehatan jasmani.....	43
5. Distribusi Hasil Data Hasil belajar penjasorkes .....	45
6. Uji Normalitas Data .....	46
7. Analisis Korelasi Antara Status Gizi dengan Hasil Belajar Penjasorkes ( $X_1$ -y ).....	48
8. Analisis korelasi Antara tingkat kesehatan jasmani dengan hasil belajar penjas orkes ( $X_2$ - y ).....	50
9. Analisis Korelasi Antara kesehatan jasmani dan status gizi dan tingkat kesehatan jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes ( $X_1$ - $X_1$ - y ).....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	27
2. Lari Cepat 40 Meter.....	32
3. Angkat Tubuh.....	35
4. Baring Duduk .....	36
5. Loncat Tegak.....	37
6. Lari 600 Meter.....	48
7. Histogram Hasil Data Status gizi.....	43
8. Histogram Hasil Data Kesegaran jasmani.....	44
9. Histogram Hasil Data Hasil Belajar penjasorkes .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Data mentah hasil penelitian sttus gizi.....	60
Data Mengtah Hasil Penelitian Tingkat kesegaran jasmani.....	61
Data lengkap status gizi dan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar siswa SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok.....	62
Tabel Pembantu Analisis Korelasi.....	63
Uji Normalitas Status gizi .....	64
Uji Normalitas Kesegaran jasmani .....	65
Uji Normalitas Hasil Belajar penjasorkes .....	66
Analisis Uji Hipotesis $X_1$ dan $X_2$ .....	67
Uji Hipotesis $X_1$ dan $Y$ .....	68
Analisis Pengujian $X_1$ dan $Y$ .....	69
Penghitungan Koefisien Korelasi Ganda .....	70
Penghitungan Koefisien Determinan sederhana $X_1$ dan $Y$ .....	71
DAFTAR XIX (11) Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors.....	72
Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i> .....	73
Daftar Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke $z$ .....	74
Dokumentasi Penelitian .....	75
Surat izin penelitian .....	76

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Dalam mencerdaskan kehidupan bangsa demi peningkatan kualitas sumber daya manusia yang bermutu, guna menghasilkan manusia yang berkualitas usaha dan upaya untuk mewujudkannya melalui pendidikan. Hal ini secara nyata dicantumkan dalam Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003, Bab II, Pasal 3, fungsi dan tujuan pendidikan nasional adalah:

”Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa bertujuan untuk berkembangnya potensi didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa melalui pendidikan kita dapat mengembangkan potensi peserta didik, sehingga mereka mempunyai ilmu pengetahuan, sehat, cakap dan mandiri. Di samping itu pendidikan juga dapat membentuk watak dan menjadi manusia yang berakhlak mulia serta taat dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Kuasa. Bahkan pendidikan dapat dikatakan sebagai investasi jangka panjang yang selalu menjadi perhatian pemerintah dan membutuhkan usaha dan dana yang cukup besar. Semua manusia menginginkan pendidikan demi kelangsungan masa depan hidupnya dan mampu mengangkat harkat dan martabat bangsa.

Dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional tersebut, berbagai upaya telah dilakukan pemerintah, diantaranya mendirikan lembaga-lembaga

pendidikan berupa pembangunan gedung sekolah sebagai lembaga pendidikan formal, menyediakan sarana dan prasarana penunjang jalannya proses pendidikan, peningkatan tenaga guru, penyempurnaan kurikulum, pengadaan buku pembelajaran, pengawasan terhadap pelaksanaan proses pembelajaran dan sebagainya.

Dalam kurikulum pendidikan Sekolah dasar terdapat berbagai mata pelajaran yang wajib diajarkan pada peserta didik, diantaranya adalah mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tercantum pada Kurikulum Tingkat Satuan Pelajaran (KTSP) adalah untuk:

“Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan daneliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olah raga 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, keterampilan, serta memiliki sikap yang positif”. (BNSP, 2007:296)

Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa betapa pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut bagi peserta didik, terutama sekali adalah untuk meningkatkan aktivitas gerak dan pertumbuhan fisik. Di samping itu juga dapat mengembangkan potensi peserta didik dalam berbagai keterampilan olahraga yang digemarinya dan mampu memelihara kesegaran jasmani dan menanamkan pola hidup sehat serta nilai-nilai seperti sportifitas, bekerjasama dan sebagainya.

Berdasarkan uraian di atas, maka proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan oleh guru penjasorkes dapat dilaksanakan

dengan sebaik-baiknya. Guru penjasorkes memegang peranan utama dalam proses belajar mengajar, terutama dalam memahami dan mengerti akan tiga tugas utama guru yaitu merencanakan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran dan memberikan penilaian atau evaluasi tentang hasil belajar siswa.

Belajar merupakan suatu aktifitas yang dilakukan secara sadar atau mendapatkan sejumlah kesan dari bahan yang telah dipelajari, sehingga terjadilah perubahan dalam diri individu. Artinya belajar dikatakan berhasil bila terjadi perubahan dalam diri individu". Sedangkan hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar adalah hasil belajar. Menurut Sardiman, (2007:26) hasil belajar tersebut meliputi: "a) hal ikhwal keilmuan dan pengetahuan, konsep atau fakta (kognitif), b) hal ikhwal personal, kepribadian atau sikap (afektif), c) hal ikhwal kelakuan, keterampilan atau penampilan (psikomotorik)".

Seorang siswa untuk dapat memperoleh hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan nilai baik, banyak faktor yang mempengaruhinya, antara lain adalah kemampuan guru dalam mengajar, metoda dan media pembelajaran, motivasi siswa dalam belajar, sarana dan prasarana, kesegaran jasmani, orang tua, status gizi siswa, tingkat kesegaran jasmani siswa dan sebagainya. Begitu juga bagi siswa SD Negeri 14 singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok dalam memperoleh hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Status gizi dan kesegaran jasmani penting artinya bagi siswa, karena gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Sedangkan kesegaran jasmani menurut Muthohir (1999:40) adalah merupakan kondisi yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk melakukan yang berarti". Dengan demikian dapat dikatakan kedua faktor ini merupakan faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar penjasorkes siswa. Karena siswa tidak akan mampu menjalankan aktivitas belajar penjasorkes tanpa didukung oleh kesegaran jasmani yang baik. Sedangkan status gizi merupakan keadaan tubuh akibat dari mengkonsumsi makanan, mana mungkin siswa akan siap dan tenang menghadapi pembelajaran penjasorkes dengan perut kosong atau dalam keadaan lapar.

Berdasarkan observasi dan pengalaman serta temuan penulis terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di SD Negeri 14 Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok, ditemui hasil belajar penjasorkes masih banyak yang rendah. Hal ini dapat dilihat dari nilai hasil belajar siswa kelas IV dan kelas V pada semester januari – juni tahun 2011 yaitu, kelas IV dan kelas V masih ada sebagian siswa hasil belajarnya mendapat nilai 65 – 70 yang tertera di nilai rapornya. Nilai 65 – 70 di katakan rendah karena kriteria ketuntasan minimal ( KKM ) pelajaran penjasorkes di SD tersebut 70. Rendahnya hasil belajar penjasorkes siswa tersebut diduga dipengaruhi oleh faktor status gizi dan tingkat kesegaran jasmani siswa yang rendah.

Status gizi dan kesegaran jasmani siswa merupakan dua faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan. Namun belum diketahui seberapa besar kontribusi atau sumbangan status gizi dan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok. Maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan judul “kontribusi status gizi dan tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok.

## **B. Identifikasi Masalah**

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

1. Kemampuan guru dalam mengajar
2. Kesegaran jasmani
3. Metode pembelajaran
4. Media pembelajaran
5. Sarana dan prasarana
6. Status gizi
7. Motivasi siswa
8. Orang tua

### **C. Pembatasan masalah**

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok, dan keterbatasan dana, waktu, pengetahuan, tenaga dan referensi yang ada, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini yakni:

1. Status gizi
2. Kesegaran jasmani

### **D. Perumusan Masalah**

Perumusan masalah yang diajukan adalah sebagai berikut:

1. Seberapa besar kontribusi status gizi terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto singkarak Kabupaten Solok.
2. Seberapa besar kontribusi kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan x koto Singkarak Kabupaten Solok.
3. Seberapa besar kontribusi status gizi dan kesegaran jasmani secara bersama-sama terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok.

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kontribusi status gizi terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok.
2. Kontribusi kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto singkarak.
3. Kontribusi status gizi dan kesegaran jasmani secara bersama-sama terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 14 Singkarak Kecamatan X Koto Singkarak.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat oleh berbagai pihak, antara lain bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru penjas sebagai pedoman atau bahkan pertimbangan dalam mengetahui status gizi dan kesegaran jasmani penting artinya untuk meningkatkan hasil belajar penjsorkes siswa.
3. Siswa sebagai pengetahuan tentang pentingnya status gizi dan kesegaran jasmani, sehingga dengan mudah menghadapi pembelajaran dan kegiatan lainnya.
4. Orang tua/wali murid sebagai masukan tentang pengetahuan atau pengalaman sehingga lebih memahami dan mengerti akan pentingnya gizi dan kesegaran jasmani terutama pada masa pertumbuhan dan perkembangan gerak anak.

5. Sekolah dapat dijadikan acuan atau bahan pertimbangan dalam peningkatan gizi anak melalui program peningkatan gizi dan kesegaran jasmani dapat mempengaruhi hasil belajar siswa.
6. Fakultas Ilmu Keolahragaan sebagai bahan untuk memperkaya literature hasil-hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa.
7. Mahasiswa sebagai bahan bacaan dan bahan kajian di Perpustakaan.