



**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR SISWA
PUTERA KELAS V SD NEGERI 002 PASAR BENAI KABUPATEN
KUANTAN SINGINGI**

JURNAL

Oleh

BESTARI

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAMRAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU
2016**

CORRELATION NUTRITION STATUS WITH LEARNING OUTCOME MALE STUDENTS IN GRADE V SDN 002 PASAR BENAI DISTRICT KUANTAN SINGINGI

Bestari¹, Drs. Ramadi S.Pd, M.Kes AIFO², Ardiah Juita, S.Pd, M.Pd³
bestari1900@yahoo.co.id¹, mr.ramadi59@yahoo.com², ardiah_juita@yahoo.com³

**PHYSICAL EDUCATION HEALTH AND RECREATION
FACULTY OF TEACHER TRAINING AND SCIENCE EDUCATION
RIAU UNIVERSITY**

Abstract, Based on observations by the author and information from teachers at SDN 002 Penjasorkes Pasar Benai Singingi Kuantan District, there are still many students who penjasorkesnya low learning outcomes it is suspected because of the nutritional status of students is different. Therefore, researchers are interested to prove by means of research with nutritional status and the results of relationship the students learn some vital lessons SDN 002 Pasar Benai. This type of research is correlational comparing the measurement results of two different variables in order to determine the degree of correlation between these variables. As the independent variable (X) is the nutrition status while the dependent variable (Y) is the result of learning. The data in this study were obtained from the test height and weight to determine the nutritional status while learning the value of MID hail the semester students. Before the data is processed researchers to test data normality test results Liliefors with normal distribution of data. After the data were analyzed using product moment correlation was found the value of r count (-0.484,) <rtabel (0.497) can thus be concluded that there is no correlation with the nutritional status of student learning outcomes SDN 002 V class son Pasar Benai Singingi Kuantan District.

Keywords: Nutritionl Status, Learning Outcomes

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN HASIL BELAJAR SISWA PUTERA KELAS V SD NEGERI 002 PASAR BENAI KABUPATEN KUANTAN SINGINGI

Bestari¹, Drs. Ramadi S.Pd, M.Kes AIFO², Ardiah Juita, S.Pd, M.Pd³
bestari1900@yahoo.co.id¹, mr.ramadi59@yahoo.com², ardiah_juita@yahoo.com³

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS RIAU**

ABSTRAK, Berdasarkan observasi yang penulis lakukan dan informasi dari guru penjasorkes di SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi, ternyata masih banyak siswa yang hasil belajar penjasorkesnya rendah hal ini diduga karena faktor status gizi siswa yang berbeda beda. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk membuktikan dengan cara penelitian dengan hubungan status gizi dengan hasil belajara siswa SDN 002 Pasar Benai. Jenis penelitian ini adalah korelasional membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. Sebagai variabel bebas (X) adalah status gizi sedangkan variabel terikat (Y) adalah hasil belajar. Data dalam penelitian ini diperoleh dari tes tinggi dan berat badan untuk mengetahui status gizi sedangkan hail belajar dari nilai MID semester siswa. Sebelum data diolah peneliti melakukan uji normalitas data dengan uji *liliefors* dengan hasil data berdistribusi normal. Setelah data dianalis menggunakan *korelasi product moment* didapati nilai $r^{\text{hitung}} (-0,484,) < r_{\text{tabel}} (0,497)$ dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa putera kelas V SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

Kata Kunci : *Status Gizi, Hasil Belajar*

PENDAHULUAN

Proses pembelajaran di segala jenjang dan jenis pendidikan pada intinya bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia di berbagai aspek. Dalam Undang-Undang No 20 (2003:7) tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) dinyatakan bahwa Pendidikan Nasional bertujuan untuk “berkembangnya potensi peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional tersebut salah satunya adalah melalui pendidikan di Sekolah Dasar dengan mengikuti proses belajar selama enam tahun. Diantara pendidikan yang harus diajarkan pada peserta didik adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat pendidikan Dasar dan Menengah kurikulum 2013 antara lain difokuskan pada, “Pengembangan aspek kebugaran dan kesegaran jasmani dan keterampilan gerak”.

Berdasarkan kutipan di atas dalam pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di atas dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak merupakan komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Dengan adanya ke dua aspek ini (aspek kebugaran dan keterampilan gerak), maka siswa akan bersemangat dalam melaksanakan aktifitas olahraga di sekolah. Selanjutnya Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BNSP, 2007:296) mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan 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, keterampilan, serta memiliki sikap yang positif.

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 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. Di samping itu juga untuk meningkatkan aktivitas gerak dan pertumbuhan fisik.

Dalam proses belajar dan pembelajaran penjasorkes ini terjadi interaksi antara guru dengan siswa. Belajar merupakan peristiwa sehari-hari di sekolah, dapat juga dikatakan 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.

Hasil belajar menurut menurut Dimiyati (2006:4) dapat dibedakan menjadi dua yaitu: “1) dampak pengajaran adalah hasil yang yang dapat diukur, seperti tertuang dalam angka rapor. 2) dampak pengiring adalah terapan pengetahuan dan kemampuan dibidang lain, suatu tranfer belajar”. Dalam penelitian ini hasil belajar yang dimaksud adalah dampak pengajaran yaitu hasil yang dapat diukur. Seperti tertuang dalam angka rapor siswa mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Di SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, menyelenggarakan kegiatan belajar mengajar, bertindak mengajar atau membelajarkan siswa dan mengevaluasi hasil belajar yang berupa dampak pengajaran. Mencapai hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi siswa tentunya banyak faktor yang mempengaruhinya. Diantara faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar antara lain adalah motivasi siswa dalam belajar. Kemampuan dan kreativitasan guru dalam mengajar, lingkungan belajar, sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam pembelajaran, media dan metode yang dipakai guru dalam pembelajaran, perhatian dan pengawasan orang tua atau wali murid, status gizi dan tingkat kesegaran jasmani siswa juga dapat mempengaruhi hasil belajar.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan dan informasi dari guru penjasorkes di SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi, ternyata masih banyak siswa yang hasil belajar penjasorkesnya rendah. Hal ini dilihat dan berpedoman pada hasil belajar penjasorkes siswa yang tertera dirapor siswa. Rendahnya hasil belajar penjasorkes siswa ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah sarana dari prasarana pembelajaran, tingkat kesegaran jasmani, motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes, penulis temui banyak siswa yang kurang bersemangat saat melaksanakan proses pembelajaran di sekolah.

Fakaor lain yang mempengaruhi hasil belajar penjasorkes siswa yaitu kondisi lingkungan langkah pertama yang harus kita perhatikan di sekolah adalah faktor lingkungan, lingkungan yang bersih akan membuat siswa/siswi betah dan nyaman belajar di sekolah dan kreatifitasan dan kemampuan guru dalam mengajar, perhatian dari pengawasan orang tua terhadap kegiatan anaknya, latar belakang sosial ekonomi, metode dan media mengajar yang dipakai guru, dari status gizi siswa. Siswa yang akan melakukan pembelajaran penjasorkes di sekolah perlu mengkonsumsi makanan yang bergizi, sebelum pergi sekolah, yang terbaik untuk seseorang anak adalah makan-makanan yang banyak mengandung zat-zat gizi. Apabila seorang siswa memiliki gizi tidak seimbang. Wedya (1991:3) mengatakan bahwa “gizi buruk dapat menghambat motivasi kesungguhan dan kesanggupan belajar, bahkan menyebabkan anak bersifat apatis, kelelahan fisik serta mental”.

Dari uraian di atas, banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar penjasorkes siswa di SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi. Pada kesempatan ini penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan maksud nantinya dapat mencari solusi dalam mengatasi permasalahan rendahnya

hasil belajar penjasorkes siswa. Dengan demikian judul penelitian ini adalah Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

Status Gizi

Khumadi, (1994:5) menjelaskan bahwa: Zat gizi itu 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. Selanjutnya, Sunita (2001:3) mengungkapkan “Ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan serta mengatur proses-proses kehidupan. Nilai gizi tersebut bergantung dari jenis dan bahan makanannya.

Khumadi (1994:5) mengemukakan fungsi umum gizi yang diperlukan oleh seseorang mempunyai beberapa fungsi : Untuk memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan dan perkembangan terutama bagi mereka yang masih dalam pertumbuhan dan juga untuk memperoleh energi guna melakukan kegiatan fisik sehari-hari. Misalnya saja bagi anak-anak usia sekolah dasar yang banyak melakukan kegiatan atau aktivitas bermain. Membutuhkan energi yang diperoleh dari mengkonsumsi makanan-makanan yang mengandung zat gizi.

Berdasarkan kutipan yang telah dikemukakan di halaman sebelumnya, maka dijelaskan bahwa zat gizi yang dikonsumsi adalah untuk memelihara tubuh dalam pertumbuhan dan perkembangan, diantaranya penggantian sel-sel yang rusak sebagai zat pelindung dalam tubuh dengan menjaga keseimbangan cairan tubuh, apabila dalam mekanisme kerja organ tubuh terpengaruhi dengan baik, maka akan berpengaruh positif terhadap kemampuan dan kesehatan tubuh, seperti memiliki daya pikir dan daya untuk kegiatan fisik sehari-hari.

Hasil Belajar

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan aktifitas manusia berupa sikap, isi dan arah untuk menuju kebulatan kepribadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan (Depdikbud RI).

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keteampilan jasmani, pertumbuhan Kecamatanerdasan dan pembentukan watak (Menurut Menteri).

Menteri Kesehatan dan Menteri Pemuda Olahraga No. 207 Tahun 1985 Baley dan Field mendefinisikan pendidikan jasmani adalah sebagai proses yang menguntungkan dalam penyesuaian dan belajar organik, neupto. Muscular, intelektual, sosial kebudayaan, ekonomi dan etika sebagai akibat yang timbul melalui pilihan dan aktifitas kekuatan otot yang agak baik. Nixon dan Cozen mendefinisikan pendidikan jasmani adalah sebagian dari pendidikan keseluruhan dengan melibatkan pengamanan sistem aktifitas kekuatan otot untuk belajar sebagai akibat peran serta kegiatan ini.

Menurut J.b. Nash pendidikan jasmani adalah sebagai sebuah aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang menggunakan dorongan untuk mengembangkan fikness, organik, kontrol neuoro Masculer, kekuatan intelektual

dan kontrol emosi. Aspek-aspek yang terkandung dalam pendidikan jasmani adalah 1) Alat mencapai tujuan pendidikan. 2) Alat membantu perkembangan dan pertumbuhan anak., 3) Alat komunikasi, emosial anak. Tujuan pendidikan jasmani.

- a. Meningkatkan kesegaran jasmani untuk meningkatkan produktifitas anak alam belajar agar berprestasi.
- b. Untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan yang optimal sesuai dengan potensi anak didik.
- c. Untuk menanamkan nilai disiplin, kerja sama, sportifitas dan percaya diri secara individu ataupun secara bersama dari anak didik
Menanamkan prinsip- prinsip sehat dan pencegahan penyakit dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Elida Prayitno (1973:35) mengatakan: Hasil belajar yaitu sesuatu yang diperoleh, dikuasai atau merupakan hasil dari adanya belajar. Hasil belajar dapat memberikan informasi kepada lembaga dan kepada siswa itu sendiri, bagaimana dan sampai dimana penguasaan bahan serta kemampuan yang diapai siswa tentang materi pelajaran yang diberikan. Sementara Sardiman. (2007:26) mengatakan bahwa 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)”.

Hasil belajar merupakan tolak ukur yang dapat digunakan untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam memahami suatu materi pelajaran. Hasil belajar siswa itu dapat diperoleh dengan mengadakan evaluasi itu merupakan bagian dari kegiatan belajar mengajar. Seseorang dapat dikatakan berhasil dalam belajar apabila terjado perubahan tingkah laku di dalam dirinya, baik dalam bentuk pengetahuan dan keteampilan maupun dalam bentuk sikap dan nilai positif.

Menurut Slamento (1995:2) belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Sedangkan menurut Wtherington dalam Sukmadita (2003:155) mengemukakan bahwa belajar adalah suatu perubahan di dalam kepribadian yang dimanifestasikan sebagai pola-pola respon yang baru berbentuk keterampilan, sikap kebiasaan pengetahuan dan Kecamatanakapan. Penapat lain yang dikemukakan oleh Higrard dan Bower dalam Purwanto (2003:84) menyatakan bahwa : “Belajar berhubungan dengan tingkah laku seseorang terhadap suatu situasi tertentu yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi, dimana perubahan lingkah laku itu tidak dapat dijelaskan atas dasar Kecamatanendrungan respon pembawaaan, kematangan, atau keadaan-keadaan seseorang (misalnya kelelahan, pengaruh obat dan sebagainya)”.

Dari pendapat di atas maka dapat disampaikan bahwa belajar adalah situasi stimulus dengan ingatan mempengaruhi siswa sedemikian rupa sehingga tingkah laku dari waktu sebelum ia mengalami situasi ke waktu sesudah ia mengalami situasi yang lain.

Perubahan yang terjadi dalam diri siswa banyak sekali, baik sifat maupun jenisnya karena itu sudah tentu tidak setiap perubahan dalam diri seseorang merupakan perubahan dalam arti dari belajar. Perubahan yang terjadi dalam belajar akan menyebabkan perubahan berikutnya, perubahan ini disebut hasil belajar.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Menurut Umar (1998:15) penelitian korelasional adalah “suatu penelitian yang dirancang untuk menentukan tingkat hubungan variabel-variabel yang berbeda dalam suatu populasi dan bertujuan untuk mengetahui beberapa unsur hubungan variabel bebas dengan variabel terikat”. Tempat penelitian ini dilakukan di SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi. Sedangkan penelitian ini dilakukan pada bulan September-Oktober 2016. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas V SDN 002 Pasar Benai yang berjumlah 16 orang dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data dalam penelitian ini diperoleh dari pengukuran tinggi dan berat badan siswa serta hasil belajar dari nilai MID semester.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Sesuai dengan variabel penelitian yang dikelompokkan menjadi dua kelompok data. Pertama adalah data tentang status gizi dan kedua berupa data hasil belajar siswa SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

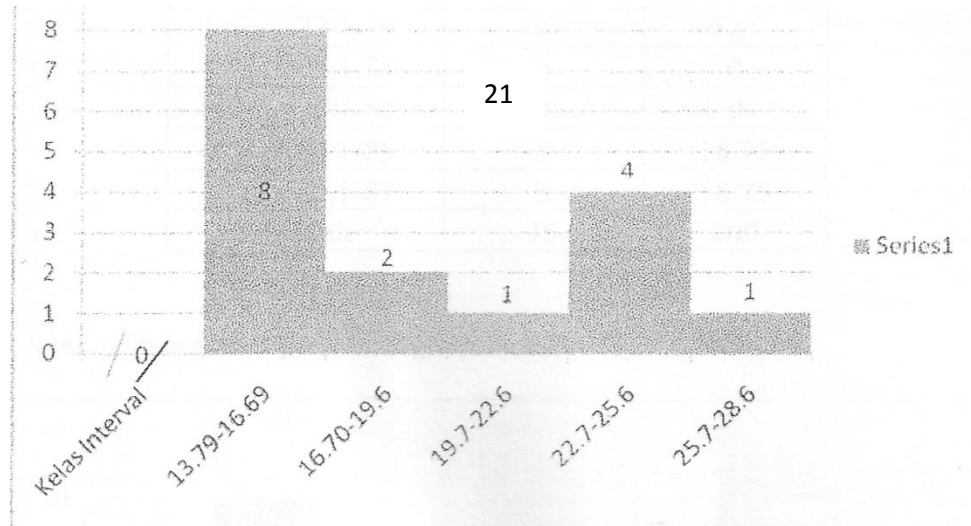
1. Status Gizi Siswa Putra

Hasil dari pelaksanaan tes status gizi pada 17 prang siswa putra didapatkan jumlah nilai tertinggi 28.36 dan jumlah nilai terendah 13.79. Rata-rata nilai 18.37, dan standar deviasi 4.57. Dan data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Has-11 Tes Status gizi Siswa Putra

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif %
1	13. 79-16.69	8	50
2	16.70-19.6	2	12.5
3	19. 7-22. 6	1	6.25
4	22.7-25.6	4	25
5	25.7-28.6	1	6.25
	Jumlah	16	100

Untuk lebih jelasnya lihat pada histogram:



Ganibar 1. Histogram status gizi siswa putra

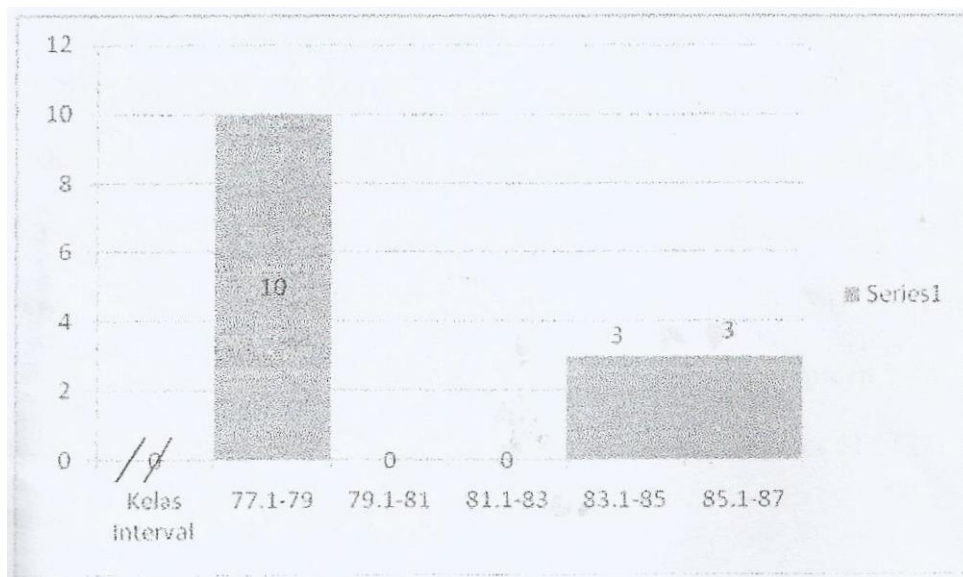
2. Hasil Belajar Siswa Putra

Dari 16 orang siswa putra diperoleh hasil belajar tertinggi yaitu dengan nilai 87.3 dan hasil belajar terendah dengan perolehan nilai 77.1. Hasil belajar putra memiliki rata-rata sebesar 80.59 dan standar deviasi 3.34, Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Hasil belajar Siswa Putra

No	Kelas Interval	Frektiensi Absolut	Frekuensi Relatif %
1	77.1-79	10	62.5
2	79.1-81	0	0
3	81 1-83	0	0
4	83.1-85	3	18.75
5	85.1-87	3	18.75
Jumiah		16	100

Untuk- lebih jelasnya lihat pada histogram berikut:



Gambar 2. Histogram hasil belajar siswa putra

B. Pengujian Persyaratan Analisis

1. Uji Normalitas Data dengan Uji Normalitas siswa putra

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini, dan perhitungan lengkapnya dapat dilihat pada lampiran 4-5.

Tabel 3. Uji normalitas data status gizi dan hasil belajar siswa putra dengan uji lilliefors

No	Variabel	Lo	Lt	Keterangan
1	Status gizi	0,1601	0,213	Normal
2	Hasil belajar	0,2052	0,213	Normal

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa, hasil Lo lebih kecil dari Lt, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

C. Pengujian Hipotesis

Hasil pengujian hipotesis ini terdapat hubungan antara status gizi terhadap hasil belajar siswa SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi. Berdasarkan analisis yang dilakukan, maka didapat skor rata-rata status gizi 18.37, dan standar deviasi 4,57. Untuk skor rata-rata hasil belajar 80.59 dan standar deviasi 3.34, hasil hipotesis diperoleh yaitu $r_{hitung} (-0.484) < r_{tabel} (0,497)$ berarti H_0 diterima dan H_a di tolak. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan status gizi terhadap hasil belajar siswa putra, SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi

Tabel 4. Analisis Korelasi Antara status gizi dengan hasil belajar siswa putra

N	r_{hitung}	r_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
16	-0,48	0,49	Ho ditolak

Ket: dk = derajat kebebasan

Hasil analisis korelasi menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan hasil belajar pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

D. Pembahasan

Menurut Khumadi, (1994:5) menjelaskan bahwa: zat gizi adalah zat-zat yang di peroleh dari bahan-bahan makanan yang kita makan. Tiap-tiap makanan yang kita makan mempunyai nilai yang sangat penting bagi tubuh. Sedangkan menurut Sunita (2001:3) zat gizi merupakan “ikatan-ikatan kimia yang di perlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu: menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan serta mengatur proses kehidupan”.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat di simpulkan bahwa status gizi dapat di artikan sebagai ikatan-ikatan kimia yang di perlukan tubuh atau zat makanan yang dikonsumsi seseorang merupakan indikator dari status gizi mereka. Energi yang di perlukan untuk kinerja fisik diperoleh dari metabolisme bahan makanan yang di konsumsi sehari-hari, sehingga makanan atau zat gizi merupakan salah satu penentu kualitas kinerja fisik dan pertumbuhan serta perkembangan fisik seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas jelas bahwa status gizi memengaruhi terhadap prestasi belajar siswa di sekolah. Siswa sekolah membutuhkan gizi yang baik untuk meningkatkan. Prestasi belajar, Gizi yang tidak seimbang serta derajat kesehatan siswa yang rendah akan menghambat pertumbuhan otak dan pada gilirannya akan menurunkan kemampuan otak dalam menyerap, menyimpan, memproduksi dan merekonstruksi. Di samping itu rendahnya derajat kesehatan dan gizi siswa akan menghambat pertumbuhan fisik dan motorik siswa sehingga berakibat pada hasil belajar penjasorkes siswa, oleh karena agar tercapai status gizi yang baik maka akan mendapatkan hasil belajar penjasorkes yang baik pula.

Seseorang dapat dikatakan berhasil dalam belajar apabila terjadi perubahan tingkah laku dalam dirinya, baik dalam bentuk pengetahuan dan keterampilan maupun dalam bentuk sikap dan nilai positif. Menurut Wetherington dalam Sukmadinata (2003 : 155) mengemukakan bahwa belajar adalah suatu perubahan di dalam kepribadian yang dimanifestasikan sebagai pola-pola respon yang baru berbentuk keterampilan, sikap kebiasaan, pengetahuan dan kecakapan.

Hasil belajar merupakan dasar untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam memahami suatu materi pelajaran. Menurut Jufri dalam Karim (2000:20) hasil belajar adalah perubahan yang terjadi dalam diri siswa atau anak didik sebagai bukti bahwa ia telah melakukan proses belajar mengajar”. Bila seseorang telah melakukan proses belajar maka dalam dirinya akan mengalami perubahan-perubahan yang merupakan akibat dari proses belajar. Menurut W.s Wingkelas (1987:27) menyatakan “belajar merupakan proses psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif subjek dengan lingkungan dan menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan, nilai, sikap yang bersifat konsisten atau tetap”.

Hasil belajar merupakan hasil akhir yang di peroleh dari hasil belajar yang dilakukan hasil belajar yang di peroleh masing-masing siswa tidaklah sama, selain itu hasil belajar masing-masing siswa dipengaruhi oleh banyak beberapa faktor antara lain

kesegaran jasmani, gizi yang di konsumsi sehari-hari, lingkungan sekolah, kesehatan lingkungan., keadaan ekonomi dan lain-lain. Namun dalam penelitian diduga, status gizi tidak dapat mempengaruhi hasil belajar siswa, terutama siswa SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi, baik siswa putera maupun siswa putra. Hal ini diduga karena banyak faktor oleh karena itu peneliti berharap kepada peneliti yang lain dapat melakukan penelitian yang lebih dalam terhadap permasalahan yang terjadi di SDN 002 Pasar Benai.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Hasil yang diperoleh dari 16 orang siswa putra SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa SDN 002 Pasar Benai, dimana $r_{hitung} (-0,484) < r_{tabel} (0,497)$

SARAN

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam penelitian tentang hubungan status gizi dengan hasil belajar siswa SDN 002 Pasar Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

1. Sekolah dapat memperhatikan status gizi siswa agar siswa mendapatkan hasil belajar yang baik
2. Siswa agar memperhatikan gizi agar dapat memperhatikan status gizi sehingga menghasilkan penjas orkes yang baik pula.
3. Siswa agar dapat memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan hasil belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamtsier. Sunita, 2005. Prinsip Ilmu Gizi. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Alamtsier. Sunita. 2005, Prinsip Ilmu Gizi. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama.
- : PMTK IKIP Padang.
- Purwanto. 2003. *Menjadi Guru yang Profesional*. Bandung: PT. Renaya Roesdakarya.
- Sardiman, 2007. *Lnteraksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Slamento. 1995. *Belajar dan Faktor-fakfor yang Mempengaruhi*, Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. 1990. *Prosedur Penelitian*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Undang-undang Republik Indonesia No. 20, Tabun 2003, Tentang Sistim Pendidikan Nasional. Jakarta: Depdikbud.
- Wirakusuma. 1997. *Ilmu Gizi*. Jakarta : Bratara Karya Aksara