

THE CONTRUBUTION OF NUTRIENT STATUS AND MOTOR ABILITY TOWARD PHYSICAL FITNESS OF FOURTH GRADE OF BELUTU 06 ELEMENTARY SCHOOL IN SUB-DISTRICK KANDIS

Purwanto¹, Ni Putu Nita Wijayanti², Aref Vai³

Email: Purwantounited56@gmail.com, wijayanti76@gmail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id

Phone Number: +62 812-7625-6030

*Physical Education Program For Health And Recreation
Department Of Sport Education
Faculty of Teacher Training and education
riau University*

Abstract: *The problem in this research is that students are less active in doing Physical Education learning movements, the movements that are performed are usually passive, this is because the diet in children is usually difficult for children to eat or do not want to eat at all if they want to go to school. The aim of this research was to determine the contribution of nutritional status and motor skills to the physical fitness of grade 4 students of SD Negeri 06 Belutu. The population in this research consisted of group 4 students, which equates to 30 people. The sampling technique was targeted sampling. Based on the correlation test to determine the relationship between the variables studied, the first hypothesis of the performed statistical analysis obtained r count of 0.852 and r table of 0.575, so r count $>$ r table. This means that there is a link between nutritional status and physical fitness and that it contributes 72.59%. In the second hypothesis it is obtained that r count is 0.653 and r table is 0.575, so r count $<$ r table there is a relationship between motor skills and physical fitness and contributes 42.63%. In the third hypothesis of the performed statistical analysis, it is obtained that the R count is 0.994 and the r table at the level of $\alpha = 0.05$ is 0.575, so r count $>$ r table. This means that there is a link between nutritional status and motor skills together on physical fitness and it contributes 98.80%.*

Key Words: *Nutritional Status, Motor Skills, Physical Fitness*

KONTRIBUSI STATUS GIZI DAN KEMAMPUAN MOTORIK TERHADAP KESEGARAN JASMANI PADA SISWA KELAS 4 DI SEKOLAH SD NEGERI 06 BELUTU KECAMATAN KANDIS

Purwanto¹, Ni Putu Nita Wijayanti², Aref Vai³

Email: Purwantounited56@gmail.com, wijayanti76@gmail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id
Nomor HP: +62 812-7625-6030

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Masalah dalam penelitian ini adalah siswa kurang aktif dalam melakukan gerakan pembelajaran penjas, gerakan yang dilakukan cenderung pasif, hal ini di sebabkan pola makan pada anak biasanya anak sulit untuk makan atau tidak mau makan sama sekali saat mau berangkat sekolah. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi status gizi dan kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmanai siswa kelas 4 SD Negeri 06 Belutu. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa siswa kelas 4 yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *sampling purposive*. Berdasarkan uji korelasi untuk mengetahui hubungan dari variabel yang diteliti, pada hipotesis satu dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh r hitung sebesar 0,852 dan r tabel sebesar 0,575 dengan demikian r hitung > r tabel. Ini berarti terdapat hubungan antara Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani dan memberikan kontribusi sebesar 72,59%. Pada hipotesis dua diperoleh r hitung sebesar 0,653 dan r tabel sebesar 0,575 dengan demikian r hitung < r tabel terdapat hubungan antara kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani dan memberikan kontribusi sebesar 42,63%. Pada hipotesis ketiga dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh R hitung sebesar 0,994 dan r tabel dalam taraf $\alpha = 0,05$ sebesar 0,575, dengan demikian r hitung > r tabel. Ini berarti terdapat hubungan antara status gizi dan kemampuan motorik secara bersama-sama terhadap kesegaran jasmani dan memberikan kontribusi sebesar 98,80%.

Kata Kunci: Status Gizi, Kemampuan Motorik, Kesegaran Jasmani

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan sitematik yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, dan membina potensi-potensi jasmani dan rohani seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas (Engkos. Kosasih, 1993:3) yang bertujuan untuk mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis.. Dalam hal ini Pemerintah Indonesia mengeluarkan Undang – Undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 Tahun 2005 yang menjelaskan “Pembinaan dan Pembangunan Keolahragaan Nasional dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga, selanjutnya dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran, meningkatkan prestasi, memberikan manajemen keolahragaan yang mampu menghadapi tantangan serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global”.

Menurut Engkos Koasasih (1985: 6) pendidikan jasmani adalah persamaan (sinonim) dari pendidikan dan struktur persekutuan hidup modern yang menyebabkan pendidikan jasmani menjadi satu kebutuhan yang perlu ada dan harus ada. Olahraga dan pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan. Keduanya sangat erat hubungannya dan saling mempengaruhi. Pendidikan jasmani bukanlah sekedar mengembangkan segi-segi kejasmanian, memelihara kesehatan jasmani agar supaya terhindar dari kerugian-kerugian jasmani melainkan melalui kegiatan-kegiatan jasmani yang hendak menanamkan norma-norma pegangan hidup yang nyata (positif) pada anak. Perkembangan gerak dasar dan penyempurnaannya merupakan hal yang sangat penting selama masa anak-anak. Secara alamiah seiring peningkatan atau bertambahnya umur anak hingga dewasa akan diikuti dengan peningkatan kemampuan motorik anak. Menurut Dalam jurnal Sepriadi (2017) Kesegaran jasmani juga sangat mempengaruhi motorik anak dan juga kondisi fisik sangat mempengaruhi penguasaan siswa terhadap cabang olahraga, pada kasus ini tidak luput dari peran asupan makanan dan status gizi yang sesuai.

Istilah gizi berasal dari bahasa arab “*giza*” yang berarti zat makanan, dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah *nutrition* yang berarti bahan makanan atau zat gizi atau sering diartikan sebagai ilmu gizi. Lebih luas, gizi diartikan sebagai suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat gizi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga. Djoko Pekik Irianto (2006:2). Dalam jurnal Meildy E. Pascoan 2010. Kebugaran jasmani sangat erat kaitannya dengan status gizi melalui asupan makanan yang dimakan. status gizi adalah keadaan kesehatan seseorang yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik akan energi dan zat-zat gizi lain yang diperoleh dari makanan yang dampak fisiknya diukur secara antropometri.

Dalam jurnal Muasyaroh (2006) Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar sampel penelitian berada pada kategori status gizi sedang 50,8% dan tingkat kesegaran jasmani berada pada kategori kurang 60,7%. Hasil analisis data dengan korelasi Kendal Tau dari hubungan antara status gizi dengan tingkat kesegaran jasmani pada siswa putra kelas 1 Sekolah Dasar di Desa Jetak Kidul Kecamatan Wonopringgo Kabupaten Pekalongan tahun ajaran 2005/2006 sebesar 0,40 pada taraf signifikansi 5%.

Dalam Jurnal Jahmari (2013 No.2 Vol. 04) Kebutuhan zat gizi yang baik dapat menunjang kemampuan motorik siswa yang akan berpengaruh dalam kehidupannya mendatang. Status gizi yang baik akan terjadi apabila tubuh memperoleh asupan zat-zat gizi yang cukup dan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Hal tersebut perlu diperhatikan oleh para orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anaknya agar proses tumbuh kembang anak dapat optimal.

Dalam jurnal Andriani Alva (2012) mengatakan Upaya peningkatan status gizi untuk pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas pada hakekatnya harus dimulai sedini mungkin, salah satunya anak usia sekolah. Anak sekolah dasar merupakan sasaran strategis dalam perbaikan gizi masyarakat (Calderón, 2002; Choi et al., 2008). Hal ini menjadi penting karena anak sekolah merupakan generasi penerus tumpuan bangsa sehingga perlu dipersiapkan dengan baik kualitasnya, anak sekolah sedang mengalami pertumbuhan secara fisik dan mental yang sangat diperlukan guna menunjang kehidupannya di masa mendatang, guna mendukung keadaan tersebut di atas anak sekolah memerlukan kondisi tubuh yang optimal dan bugar, sehingga memerlukan status gizi yang baik (Depkes RI, 2005; Joshi, 2011).

Motorik adalah gerakan yang melibatkan otot-otot besar pada masa pertumbuhan, gerakan tersebut diantaranya seperti tengkurap, merangkak, duduk, berdiri serta berjalan. *motoric* adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan, fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerak. Yanuar Kiram (2000:5)

Dari beberapa teori diatas bahwasannya anak sangat memerlukan kebugaran jasmani untuk dapat melakukan berbagai aktivitas dalam olahraga maupun kegiatan lainnya dalam kehidupan sehari-hari. Untuk mendapatkan kebugaran jasmani yang baik tidak hanya di dapat dalam olahraga saja, tetapi juga harus didukung dengan asupan gizi yang baik supaya tercipta gerakan motorik atau kemampuan gerak motorik yang baik. Karena keduanya saling berhubungan, karena asupan gizi dan kemampuan motoric sangat berpengaruh terhadap kebugaran jasmani. Dalam jurnal Sepriadi 2017 mengatakan bahwa “Kesegaran jasmani sangat dibutuhkan oleh setiap siswa untuk memperoleh ketang-kasan, kesanggupan serta kemampuan belajar yang tinggi. Salah satu jalan untuk memelihara atau meningkatkan kesegaran jasmani dengan melakukan olahraga secara teratur dan aktifitas fisik sehari-hari yang bermanfaat untuk kese-hatan”.

Pemenuhan kebutuhan zat gizi Siswa kelas 4 Di Sekolah SD Negeri 06 Belutu cenderung kurang seimbang. Selain itu kebiasaan siswa dalam mengkonsumsi jajanan di sekolah ataupun lingkungan lain juga kurang mendapatkan perhatian yang khusus. Hal tersebut dapat mengakibatkan status gizi mereka kurang baik. Asupan gizi yang lengkap dan teratur seharusnya diberikan kepada siswa karena mereka memiliki aktifitas yang banyak seperti belajar, olahraga maupun bermain yang membutuhkan energi yang banyak. Status gizi dan kemampuan motorik Di Sekolah SD Negeri 06 Belutu sebaiknya diketahui. Terlebih bagi guru Pendidikan Jasmani dapat dijadikan pedoman dalam rangka merancang setiap program pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang disesuaikan dengan keterampilan yang dimiliki siswa karena Pendidikan Jasmani merupakan wadah pembinaan yang sangat tepat yang dapat menyalurkan hasrat bagi siswa untuk aktif bergerak. Di Sekolah SD Negeri 06 Belutu merupakan anak yang masuk dalam penjelasan di atas.

Berdasarkan observasi yang sudah peneliti amati pada siswa kelas 4 sekolah SD Negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis terdapat beberapa masalah yang dialami oleh

siswa dalam pembelajaran penjas, dimana para siswa kurang aktif dalam melakukan gerakan pembelajaran penjas, gerakan yang dilakukan cenderung pasif, hal ini disebabkan Permasalahan makan pada anak biasanya anak sulit makan atau tidak mau makan. Apabila hal tersebut tidak segera diatasi maka dapat menyebabkan anak kekurangan gizi sehingga dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu, anak-anak sekolah umumnya sering tidak makan pagi (sarapan) karena berbagai alasan. Misalnya tidak terbiasa sarapan, tergesa-gesa berangkat ke sekolah, atau kebiasaan tidak sarapan pada anak-anak akan sehingga menyebabkan badan lemas, mengantuk, sulit menerima pelajaran, serta turunnya gairah belajar dan kemampuan merespon. yang bisa membuat gerakan motorik mereka tumbuh menjadi lebih lambat.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas peneliti ingin membuktikan dengan mengadakan suatu kajian penelitian dengan memberikan kontribusi atau sumbangan yang berjudul: **“Kontribusi Status Gizi Dan Kemampuan Motorik Terhadap Kesegaran Jasmani Pada Siswa Kelas 4 Di Sekolah SD Negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis”**.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian korelasional (*Correlation Research*). Menurut Suharsimi Arikunto (2003:270) bahwa “Koefisien korelasi adalah suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk dapat membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2020 s/d April 2021 dan dilaksanakan di sekolah SD Negeri 06 Belutu yang beralamat di Perkebunan Ujung Tanjung, Jambi Makmur, Kecamatan Kandis, Kabupaten Siak, Provinsi Riau, Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4 SDN 06 Belutu yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan *purposive sampling*, data Berdasarkan pendapat di atas, maka dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui hubungan status gizi (X1) dan kemampuan motorik (X2) dengan kesegaran jasmani (Y) pada siswa kelas 4 SD Negeri Belutu. penelitian ini di maksudkan untuk menentukan Kontribusi variabel-variabel yang berada dalam satu populasi, dan untuk mengetahui berapa besar Kontribusi variabel bebas dengan variabel terikat.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Status Gizi (X₁)

Dilambangkan dengan X₁. Hasil perhitungan diperoleh skor maksimum 21,1 dan skor minimum 15,7. Rerata diperoleh sebesar 19,2, Standar deviasi diperoleh sebesar 1,24, dan median sebesar 17,32. Data disusun dalam distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Relative Persentase
15,7 – 16,8	1	5%
16,9 – 18,0	2	10%
18,1 – 19,2	4	20%
19,3 – 20,4	10	50%
20,5 – 21,6	3	15%
Jumlah	20	100.00%

Berdasarkan tabel frekuensi di atas dari 20 orang sampel, pada kelas pertama ada 1 orang (5%) mendapat status gizi berkisar antara 15,7 – 16,8 dengan kategori buruk, dikelas kedua ada 2 orang (10%) memiliki status gizi berkisar 16,9 – 18,0 dengan kategori buruk, dikelas ketiga ada 4 orang (20%) memiliki status gizi berkisar antara 18,1 – 19,2 dengan kategori kurang, dikelas keempat ada 10 orang (50%) mempunyai status gizi pada kisaran antara 19,3 – 20,4 dengan kategori kurang, dan dikelas lima ada 3 orang (15%) mempunyai status gizi berkisar 20,5 – 21,6 dengan kategori baik.

Status gizi siswa kelas 4 SD Negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis, jika disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut :

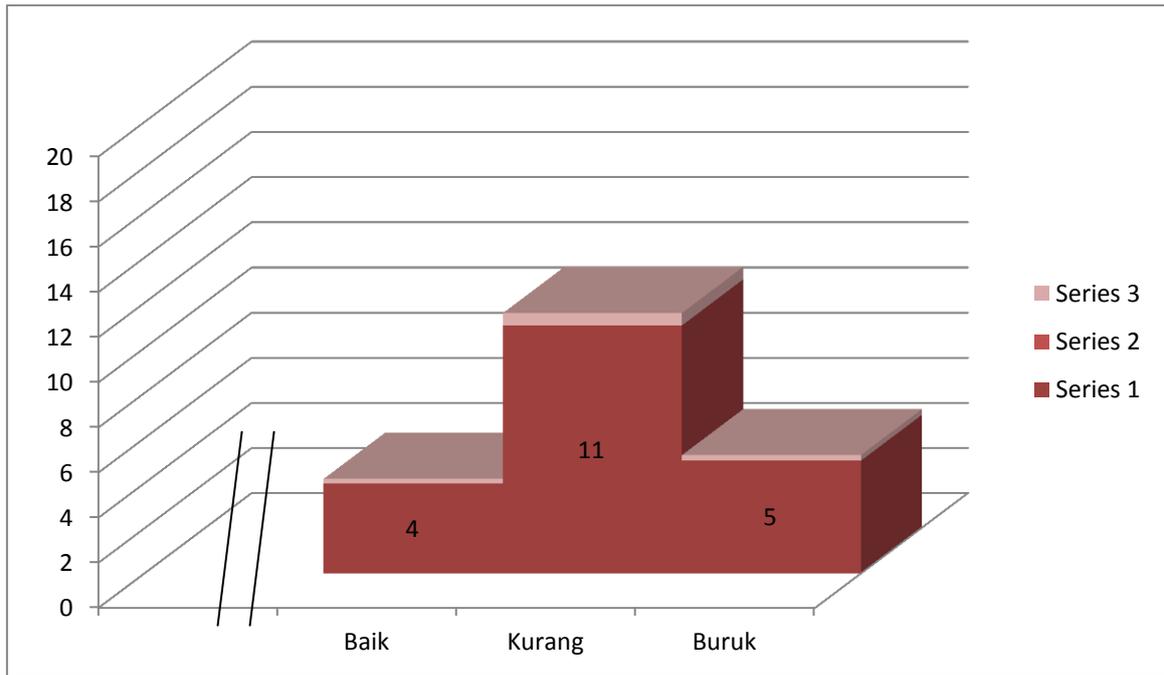
Berdasarkan data penelitian di atas, maka klasifikasi/kategori status gizi siswa kelas 4 SD Negeri 06 Belutu berdasarkan indeks berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) , dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Normatif Status Gizi

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 90%	Baik	4	20%
81%-90%	Kurang	11	55%
≤ 80%	Buruk	5	25%
Jumlah		20	100.00%

Berdasarkan tabel di atas, status gizi siswa kelas bawah SD Negeri 06 Belutu sebagai subjek dalam penelitian ini terdapat 4 siswa dengan status gizi baik dengan persentase 20%, kemudian terdapat 11 siswa dengan status gizi kurang dengan persentase 55%, dan 5 siswa dengan status gizi buruk dengan persentase 25%.

Apabila disajikan dalam bentuk diagram, berikut adalah diagram dari variabel status gizi:



Gambar 1. Diagram Kategori Status Gizi

Deskripsi Data Kemampuan Motorik (X_2)

Dilambangkan dengan X_2 . Diperoleh skor maksimum sebesar 525,8 dan skor minimum sebesar 345,67. Rerata diperoleh sebesar 422,48, Standar deviasi diperoleh sebesar 58,58, dan median sebesar 400,71. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi kemampuan motorik sebagai berikut:

Dalam perhitungan kelas interval dari 20 sampel terdapat rentang kelas sebesar 180,13 banyak kelas sebanyak 5 kelas dan panjang kelas sebesar 36,03 jadi untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada tabel 4.3 dibawah ini:

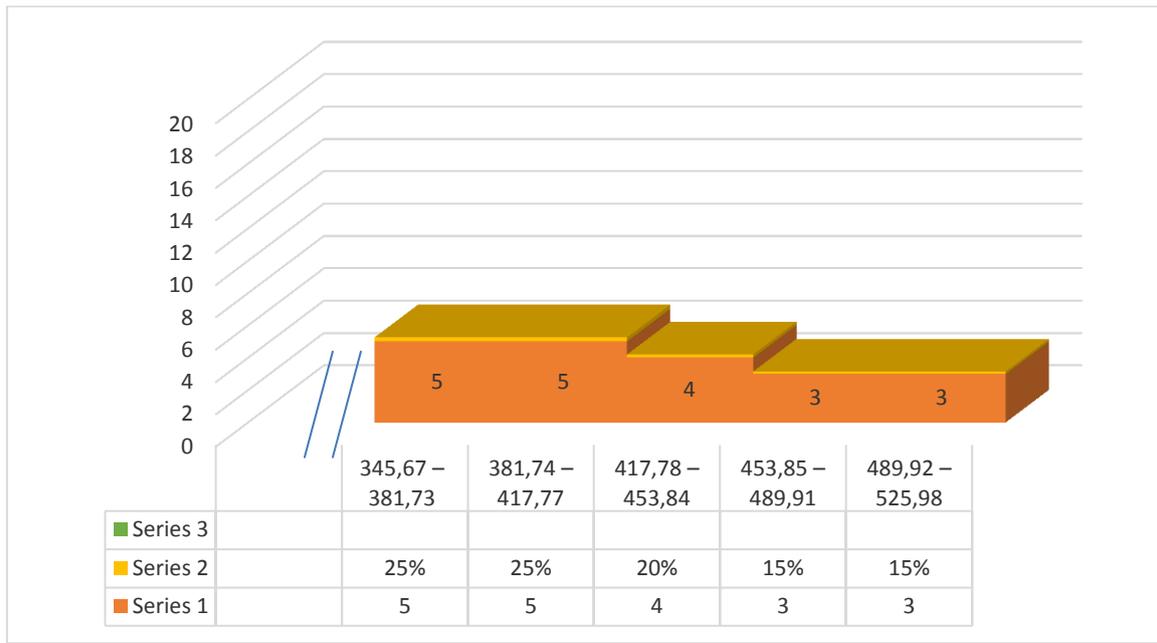
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Relative Persentase
345,67 – 381,73	5	25%
381,74 – 417,77	5	25%
417,78 – 453,84	4	20%
453,85 – 489,91	3	15%
489,92 – 525,98	3	15%
Jumlah	20	100.00%

Berdasarkan tabel frekuensi di atas dari 20 orang sampel, pada kelas pertama ada 1 orang (5%) memiliki kemampuan motorik berkisar antara 345,67 – 381,73 pada kategori kurang, dikelas kedua ada 5 orang (25%) memiliki kemampuan motorik berkisar 381,74 – 417,77 dengan kategori sedang, dikelas ketiga ada 4 orang (20%) memiliki kemampuan motorik berkisar antara 417,78 – 453,84 mendapat

kategori baik, dikelas keempat ada 3 orang (15%) memiliki kemampuan motorik pada kisaran antara 453,85 – 489,91 dengan kategori baik, dan dikelas lima ada 3 orang (15%) mempunyai kemampuan motorik berkisar 489,92 – 525,98 dengan kategori baik sekali.

Data kemampuan motorik siswa kelas bawah SD Negeri 06 Belutu tersebut, jika disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut



Gambar 2. Diagram Kemampuan Motorik

Deskripsi Data Kesehatan Jasmani (Y)

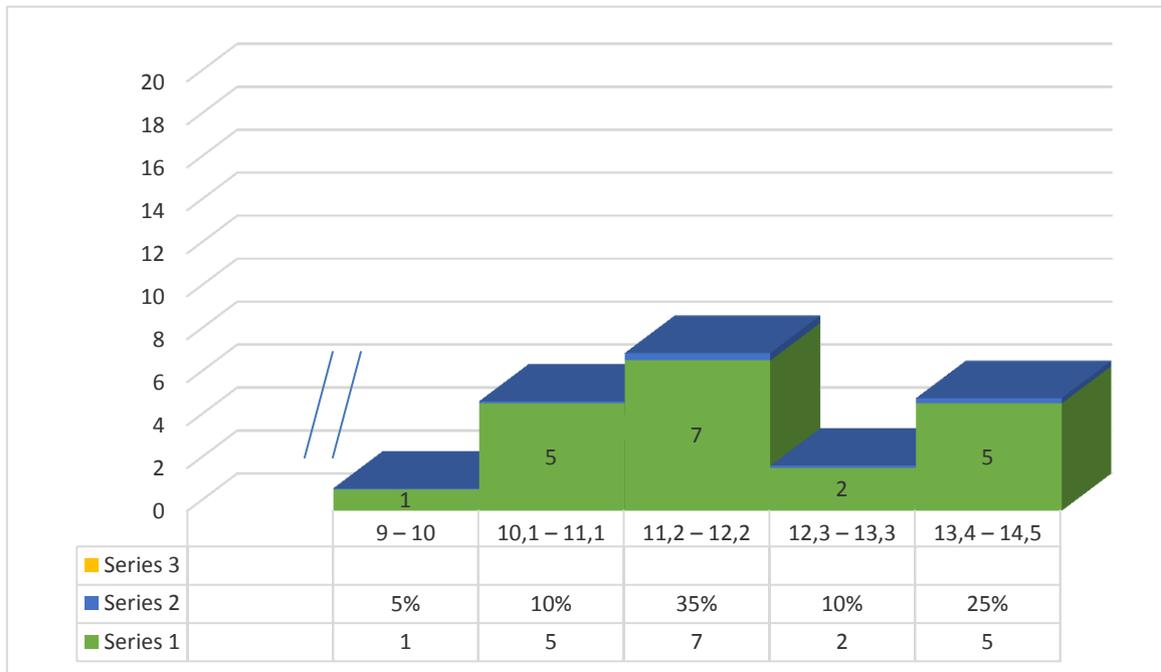
Dilambangkan dengan Y. Diperoleh skor maksimum sebesar 14 dan skor minimum sebesar 9. Rerata diperoleh sebesar 11,4, Standar deviasi diperoleh sebesar 1,52, dan median sebesar 11,85. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi kesehatan jasmani sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kesehatan Jasmani

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Relative Persentase
9 – 10	1	5%
10,1 – 11,1	5	10%
11,2 – 12,2	7	35%
12,3 – 13,3	2	10%
13,4 – 14,5	5	25%
Jumlah	20	100.00%

Berdasarkan tabel frekuensi di atas dari 20 orang sampel, pada kelas pertama ada 1 orang (5%) memiliki kesehatan jasmani berkisar antara 9 – 10 pada kategori

kurang sekali, dikelas kedua ada 5 orang (25%) memiliki kesegaran jasmani berkisar 10,1 – 11,1 dengan kategori kurang, dikelas ketiga ada 7 orang (35%) memiliki kesegaran jasmani berkisar antara 11,2 – 12,2 mendapat kategori kurang, dikelas keempat ada 2 orang (10%) memiliki kesegaran jasmani pada kisaran antara 12,3 – 13,3 dengan kategori kurang, dan dikelas lima ada 5 orang (25%) mempunyai kesegaran jasmani berkisar 13,4 – 14,5 dengan kategori baik sedang.



Gambar 3. Diagram Kemampuan Motorik

Uji Persyaratan Analisis Data

Analisis Uji Normalitas

Persyaratan analisis yang dimaksud adalah Uji normalitas data variabel status gizi, kemampuan motorik dan kesegaran jasmani dianalisis melalui uji *lilliefors*, dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Rangkuman hasil uji normalitas *lilliefors* dapat dilihat tabel berikut:

Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

No	Varibel	N (sampel)	LoMaks	Ltabel	Ket
1	X1. Y	20	0,150	0,190	Normal
2	X2. Y		0,136		Normal
3	X1 X2. Y		0,152		Normal

Berdasarkan tabel 8, rangkuman hasil uji normalitas data status gizi berdistribusi normal $LOMaks < Ltabel$ diketahui $LOMaks = 0,150 < Lt = 0,190$. Data

Kemampuan motorik berdistribusi normal $LoMaks < Ltabel$ di ketahui $LoMaks = 0,136 < Lt = 0,190$. Data Y kesegaran jasmani berdistribusi normal $LoMaks < Ltabel$ di ketahui $LoMaks 0,152 < Lt = 0,190$. Dari ketiga variabel tersebut dapat disimpulkan bahwa data semuanya berdistribusi normal.

Pengajuan Hipotesis

Hipotesis Satu (X_1 . Y)

Hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini adalah status gizi (X_1) terhadap Kesegaran jasmani (Y). Untuk mengetahui kontribusi ini pertama sekali dilakukan analisis korelasi sederhana. Rangkuman hasil perhitungan dapat dilihat pada table 4.6.

Tabel 6. Rangkuman hasil Analisis Korelasi Status Gizi (X_1) terhadap Kesegaran Jasmani (Y).

Korelasi	Koefisien korelasi (r)	Koefisien Determinasi ($r^2 \times 100\%$)	Taraf Signifikan $r_{tabel} (\alpha = 0,05)$
Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani	0,852	72,59%	0,575

Hasil perhitungan pada tabel 4.6 di atas menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani adalah positif, hal ini terlihat bahwa dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh r hitung sebesar 0,852 dan r tabel dalam taraf $\alpha = 0,05$ sebesar 0.575 dengan demikian $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$. Ini berarti terdapat hubungan yang berarti antara Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani. Untuk mengetahui besarnya koefisien determinasi Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani adalah dengan mengkuadratkan nilai koefisien korelasi (r) dikalikan seratus ($r^2 \times 100\%$), dari hasil analisis statistik yang dilakukan diperoleh nilai (R) = 0,852%, berarti Status Gizi memberikan kontribusi terhadap Kesegaran Jasmani sebesar 72,59%. Oleh sebab itu hipotesis satu dalam penelitian ini diterima kebenarannya secara empiris. Itu artinya 23,41% di pengaruhi oleh faktor lain.

2. Hipotesis Dua (X_2 . Y)

Hipotesis kedua yang diajukan dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik (X_2) terhadap kesegaran jasmani (Y). Untuk mengetahui kontribusi tersebut, pertama sekali dilakukan analisis korelasi sederhana.

Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Kontribusi Kemampuan Motorik (X_2) Terhadap Hasil Kebugaran Jasmani (Y)

Korelasi	Koefisien korelasi (r)	Koefisien Determinasi ($r^2 \times 100\%$)	Taraf Signifikan $r_{tabel} (\alpha = 0,05)$
kemampuan motorik terhadap kebugaran jasmani	0,653	42,64%	0,575

Hasil perhitungan pada tabel 4.7 di atas menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara kemampuan motorik terhadap kebugaran jasmani adalah positif. Hal ini terlihat bahwa dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh r hitung sebesar 0,653 dan r tabel dalam taraf $\alpha = 0,05$ sebesar 0,575 dengan demikian r hitung $<$ r tabel. Ini berarti terdapat hubungan yang berarti antara kemampuan motorik terhadap kebugaran jasmani. Untuk mengetahui besarnya koefisien determinasi kemampuan motorik terhadap kebugaran jasmani adalah dengan mengkuadratkan nilai koefisien korelasi (r) dan dikalikan seratus ($r^2 \times 100\%$), dari hasil analisis statistik yang dilakukan diperoleh nilai (R) = 0,653, berarti Ekstensi Tunggal memberikan kontribusi terhadap Hasil Servis Atas sebesar 42,63%, itu artinya 57,33% di pengaruhi oleh faktor lain.

3. Hipotesis Tiga (X_1 X_2 . Y)

Hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini adalah status gizi (X_1) dan kemampuan motorik (X_2) secara bersama-sama terhadap kebugaran jasmani (Y). Untuk mengetahui kontribusi tersebut akan dilakukan dengan analisis korelasi ganda. Rangkuman hasil penghitungan analisis koefisien korelasi dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8 Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Kontribusi Status Gizi (X_1) dan Kemampuan Motorik (X_2) Secara Bersama-Sama Terhadap Kebugaran Jasmani (Y) pada Siswa Kelas 4 SD negeri 06 Belutu.

Korelasi	Koefisien Korelasi (R)	Koefisien Determinasi ($r^2 \times 100\%$)	Taraf Signifikan $r_{tabel} (\alpha = 0,05)$
Status gizi dan kemampuan motorik terhadap kebugaran jasmani	0,994	98,80%	0,575

Hasil perhitungan tabel 8 diatas menunjukkan bahwa analisis korelasi ganda antara Status gizi dan kemampuan motorik secara bersama-sama terhadap kebugaran jasmani adalah positif. Hal ini terlihat bahwa dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh R hitung sebesar 0,994 dan r tabel dalam taraf $\alpha = 0,05$ sebesar 0,575, dengan demikian r hitung $>$ r tabel. dari hasil analisis statistik yang dilakukan diperoleh nilai (R) = 0,994, berarti Status gizi dan kemampuan motorik memberikan kontribusi secara bersama-

sama terhadap kesegaran jasmani sebesar 98,80%. Oleh sebab itu hipotesis tiga dalam penelitian ini diterima kebenarannya secara empiris.

Pembahasan

1. Kontribusi Status Gizi Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Kelas 4 SD Negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis.

Dari data penelitian yang diperoleh bahwa status gizi sangat mempengaruhi kesegaran jasmani siswa hal itu dibuktikan dengan perolehan hasil penelitian yang didapatkan secara signifikan. Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan dengan pengambilan tinggi badan dan berat badan untuk mengetahui status gizi terhadap 20 orang siswa. Didapat hasil sebagai berikut. Untuk pengambilan tinggi badan postur tertinggi 128 cm nilai ini didapat oleh Yolanda Setiawan dan Muhammad Yusuf, sedangkan postur tubuh terendah 111 cm nilai ini didapat oleh Moch Adnand Heriansyah. Pengambilan berat badan dengan nilai terberat dimiliki oleh Muhammad Yusuf dengan berat sebesar 33 kg, dan berat badan terkecil dimiliki oleh Feggy Rizkiana Herman dan Wahyu Aji Komara dengan berat 25 kg. Pada perhitungan IMT (indeks Massa Tubuh) dengan rumus yang telah didapat dari berbagai sumber menunjukkan bahwa atas nama Peter Sulaeman mendapat IMT tertinggi dengan angka 20,8 yakni jika dikonveksikan ke tabel Indeks Berat Badan didapat angka standard 100% yang dikatakan baik, dan atas nama Feggy Rizkiana Herman mendapat IMT terendah dari siswa lainnya yaitu sebesar 15,7, jika di koversikan dalam indeks berat badan makan siswa tersebut mendapat angka 80% dengan klasifikasi kurang. status gizi siswa kelas bawah SD Negeri 06 Belutu sebagai subjek dalam penelitian ini terdapat 4 siswa dengan status gizi baik dengan persentase 20%, kemudian terdapat 11 siswa dengan status gizi kurang dengan persentase 55%, dan 5 siswa dengan status gizi buruk dengan persentase 25%.

Perhitungan korelasi antara status gizi (X_1) dengan kesegaran jasmani (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ Ho ditolak dan H_a diterima, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2002:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara status gizi dengan kesegaran jasmani diperoleh r_{hitung} 0,852 sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,575. Berarti dalam hal ini terdapat hubungan antara status gizi dengan kesegaran jasmani. Untuk mengetahui besarnya kontribusi status gizi terhadap kesegaran jasmani adalah dengan menguadratkan nilai koefisien korelasi nilai (r) dikalikan seratus ($r^2 \times 100\%$), dari hasil analisis statistik yang dilakukan diperoleh nilai (R) = 0,852, berarti status gizi terhadap kesegaran jasmani sebesar 72,59%.

2. Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kesegaran Jasmani pada Siswa kelas 4 SD Negeri 06 Belutu Kecamatan kandis.

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan dengan menggunakan tiga butir item tes masing-masing yaitu tes *standing board jump*, *shot-put* tes dan lari 30 meter untuk mengukur kemampuan motorik siswa sebanyak 20 orang. Hasil yang diambil dari tiga tes tersebut yaitu nilai terendah jarak dari lantai ke pangkal paha yang dilakukan sebanyak 3 kali kesempatan, Didapat hasil sebagai berikut nilai tertinggi 525,8 nilai ini didapat oleh Peter sulaeman, sedangkan nilai terendah 345,67 nilai ini didapat oleh Dicky Sudrajat. Adapun apabila dirincikan sesuai item tes yang telah dirangkum yaitu pada tes

standing board jump nilai tertinggi didapat oleh siswa atas nama Muhammad Ferdi dengan nilai sebesar 161 cm nilai terendah didapat oleh siswa Muhammad Maldini sebesar 97 cm, pada tes *shot-put* nilai tertinggi didapat oleh siswa atasnama Peter Sulaeman sebesar 370 cm dan angka terendah yaitu diperoleh siswa atasnama Rizky saiful Anwar sebesar 230, dan pada tes lari cepat 30 meter waktu tercepat didapat oleh siswa atasnama Wahyu Aji Komara sebesar 5,11 detik dan angka terlama didapat oleh siswa atas nama Peter Sulaeman 7,80. Adapun untuk nilai Dan dari hasil perhitungan kesegaran jasmani yang diambil dari lima tes yaitu Lari 30 meter untuk mengetahui kecepatan siswa, tes gantung siku untuk mengetahui daya tahan otot lengan dan bahu, tes *sit-up* untuk mengetahui power otot lengan dan bahu, tes *vertical jump* untuk mengetahui power otot tungkai dan lari 600 meter untuk mengetahui daya tahan siswa, dari masing-masing tes jika diakumulasikan didapat nilai tertinggi Rendi Agus Tirtana dan Peter Sulaeman dengan nilai 14, dan angka terendah sebesar 9 atas nama Ichsan Nurmansyah.

Perhitungan korelasi antara Kemampuan Motorik (X_2) dengan Kesegaran Jasmani (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ H_0 ditolak dan H_a diterima, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2002:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara ekstensi tungkai dengan servis atas diperoleh r_{hitung} 0,653 sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,575. Berarti dalam hal ini tidak terdapat hubungan yang berarti antara kemampuan motorik dengan kesegaran jasmani. Untuk mengetahui besarnya kontribusi kemampuan motorik dengan kesegaran jasmani adalah dengan mengkuadratkan nilai koefisien korelasi nilai (r) dikalikan seratus ($r^2 \times 100\%$), dari hasil analisis statistik yang dilakukan diperoleh nilai (R) = 0,653, berarti kemampuan motorik dengan kesegaran jasmani sebesar 42,64%.

3. Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Motorik Secara Bersama Sama Terhadap Kesegaran Jasmani Pada Siswa Kelas 4 SD Negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis.

Berdasarkan hasil temuan dari penelitian yang dilaksanakan dengan menggunakan tes Kesegaran jasmani dengan lima butir item tes terhadap 20 siswa, lima tes yaitu Lari 30 meter untuk mengetahui kecepatan siswa, tes gantung siku untuk mengetahui daya tahan otot lengan dan bahu, tes *sit-up* untuk mengetahui power otot lengan dan bahu, tes *vertical jump* untuk mengetahui power otot tungkai dan lari 600 meter untuk mengetahui daya tahan siswa, dari masing-masing tes jika diakumulasikan didapat nilai tertinggi Rendi Agus Tirtana dan Peter Sulaeman dengan nilai 14, dan angka terendah sebesar 9 atas nama Ichsan Nurmansyah. Penelitian membuktikan bahwa terdapat kontribusi status gizi dan kemampuan motorik secara bersama-sama terhadap kesegaran jasmani Pada siswa SD Negeri 06 Belutu. Artinya variabel status gizi dan kemampuan motorik secara bersama-sama berkontribusi terhadap kesegaran jasmani pada siswa kelas 4 SD Negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis.

Untuk mengetahui hubungan dari dua variabel atau lebih digunakan rumus korelasi ganda. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji R) didapat $R_{hitung} = 0,994$ sedangkan R_{tabel} diperoleh sebesar 0.575, jadi $R_{hitung} > R_{tabel}$, artinya terdapat hubungan secara bersama-sama antara status gizi (X_1) dan kemampuan motorik (X_2) dengan kesegaran jasmani (Y). Untuk mengetahui besarnya kontribusi dari ketiga variabel tersebut adalah dengan mengkuadratkan nilai koefisien korelasi nilai (r)

dikalikan seratus ($r^2 \times 100\%$), dari hasil analisis statistik yang dilakukan diperoleh nilai (R) = 0,994, berarti kontribusi status gizi dan kemampuan motorik terhadap kebugaran jasmani sebesar 98,80%.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik suatu simpulan sebagai berikut :

“Status Gizi memberikan kontribusi sebesar 72,59% terhadap kebugaran jasmani pada siswa kelas 4 SD negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis. Kemampuan motorik memberikan kontribusi yang cukup yaitu 42,64% kebugaran jasmani pada siswa kelas 4 SD negeri 06 Belutu Kecamatan Kandis. Status gizi dan kemampuan motorik secara bersamaan memberikan kontribusi yang cukup besar 98,80% kebugaran jasmani pada siswa kelas 4 SD negeri 06 Belutu”

Rekomendasi

Berangkat dari kesimpulan maka disarankan secara khusus kepada para guru penjas, agar selalu mengontrol status gizi dan kemampuan motorik siswa-siswinya, sehingga akan selalu terpantau keadaan kebugaran jasmani siswa-siswinya.

Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan menghubungkan status gizi dan kemampuan motorik dengan variabel bebas yang lain, yang dimungkinkan mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap kebugaran jasmani siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani Elfa (2012). *Determinants Of Nutritional Status On Student Of Elementary School*. Journal.unnes.ac.id Vol. 7 No. 2 2012
- Arikunto. Suharmi. (2006). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Cantex no. 27 Ciracas. Jakarta Timur.
- Djoko Pekik Irianto. (2006). *Penilaian Status Gizi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Engkos Kosasih. (1985). *Panduan Latihan Kebugaran Efektif dan Aman*. Yogyakarta: Lukman Offset
- Jamhari. 2013. *Nutrition, and Student Performance at School*. *Journal of School Health*, 75 (6) (2013 No.2 Vol. 04)

Kemenkes. (2010). Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak.

Marsetyo dan Kartasapoetra. (1995). *Ilmu Gizi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Meildy (2010). *HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI DAN AKTIFITAS FISIK PADA SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI DESA BUKU KECAMATAN BELANG KABUPATEN MINAHASA TENGGARA*. Jurnal Respiratory Gizi Poltekes Manado. Volume 4 no. 2 April 2010

Muasyaroh (2006). *HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI PADA SISWA PUTRA KELAS 1 SEKOLAH DASAR DI DESA JETAK KIDUL KECAMATAN WONOPRINGGO KABUPATEN PEKALONGAN TAHUN AJARAN 2005/2006*. Jurnal LIB. Unnes. Volume 5. No. 2 2006.

Sepriadi (2017). *Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Motorik terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal UNY Keolahragaan, No. 2 Vol. 5

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Citra Umbara