

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan di Indonesia dikatakan berhasil apabila pendidikan yang dilaksanakan sesuai dengan tujuan dari pendidikan nasional. Dalam UU RI No. 20 tahun 2003 terdapat tujuan pendidikan nasional yaitu untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan bertanggung jawab.

Pendidikan adalah upaya yang dikejakan secara sadar oleh manusia untuk meningkatkan kualitas manusia untuk bersaing dalam membangun taraf hidup bangsa dan negara. Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup dengan kata lain dimulai dari sejak dini hingga akhir hayat.

Pembangunan di bidang pendidikan merupakan bagian dari upaya mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia Indonesia, hal ini dalam rangka agar tidak terjadi ketinggalan dari negara lain yang sudah berkembang, sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yang bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, dan mengembangkan

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

Kurikulum 1994 dalam Suherman (1997: vi), menyatakan bahwa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan, moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Tujuan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan adalah sebagai berikut :

1. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, yaitu studi yang bertujuan mendeskripsikan atau menjelaskan peristiwa atau kejadian yang sedang berlangsung pada saat penelitian tanpa menghiraukan sebelum dan sesudahnya. Narbuko (2007 : 4)

Desain penelitian ini adalah survei deskriptif, yang membuat gambaran mengenai situasi atau kejadian. Di lihat dari segi waktu berbentuk *cross sectional*, pada saat penelitian berlangsung.

B. Identifikasi Variabel

Menurut Arkunto (2006:118) Variabel Penelitian adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Yang menjadi variabel penelitian ini adalah status gizi.

C. Definisi Operasional

Yang dimaksud dengan status gizi dalam pengetahuan ini adalah suatu kondisi kesehatan tubuh setiap siswa yang dipengaruhi oleh konsumsi makanan, dalam hal ini variabel penentuan status gizi adalah sebagai berikut :

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum SD

Pelaksanaan Penelitian dilaksanakan di SDN 1 Wonodadi Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu yang dilaksanakan bulan Februari sampai dengan Maret 2012.

Di SDN 1 Wonodadi, memperoleh mats pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan satu kali dalam satu minggu dengan alokasi waktu 2 x 45 menit. Dengan materi dan praktek Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang dilaksanakan di lapangan.

2. Deskripsi Data Status Gizi

Deskripsi data dari hasil penelitian ini diperoleh melalui pengukuran yang dilakukan dengan Penilaian Status Gizi berdasarkan berat badan menurut tinggi badan penelitian yang kemudian diwujudkan dalam % median. standar baku Antropometri WHO-NCHS menjadi gambaran tentang status gizi pada siswa SDN 1 Wonodadi Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu dengan jumlah siswa 34 yang meliputi kriteria gizi baik, gizi sedang, gizi kurang, dan gizi buruk. Berikut data lengkapnya dapat dilihat pada tabel :

V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Secara umum status gizi siswa SDN 1 Wonodadi Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan parameter antropometri (umur, tinggi, dan berat badan).
2. Dari 34 siswa SDN 1 Wonodadi Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu yang dikelompokkan berdasarkan umur (9, 10, dan 11) didapatkan 3 pengklasifikasian status gizi yang terdiri dari status gizi baik, sedang, dan kurang.
3. Kurangnya asupan pangan, kurang baiknya distribusi pangan, kemiskinan, ketidaktahuan, kebiasaan makan yang salah akan mempengaruhi status gizi seseorang, baik itu status gizi kurang maupun status gizi lebih.
4. Menjaga keseimbangan gizi dapat diperoleh dengan mengonsumsi zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan 4 sehat 5 sempurna yang terdiri dari karbohidrat, protein, vitamin dan lemak disertai olahraga yang teratur.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzka,Akbar.2007. *Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa Program Studi Penjaskes FKIP Unila Agkatan 2006*. Skripsi: Universitas Lampung.
- Almatsier,Sunita. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT.Gramedia Pustaka Utama Jakarta.
- Anonimus.2008. *Format Penulisan Karya Ilmiah*. Universitas Lampung: Bandar Lampung.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi*. PT.Rineka Cipta. Jakarta.
- Arisma.2002. *Buku Ajar Ilmu Gizi. Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Proyek Peningkatan Penelitian Pendidikan Tinggi, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Depdiknas.
- Depdiknas.2005. *Pedoman Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. BSNP ; Jakarta
- Depdiknas.2003 *Undang-Undang Republik Indonesia No.20 Tahun 2003 Tentang System Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Hari Gizi Nasional.2010, Tango Peduli Gizi Indonesia.
- Hermawan,rahmat. 1998.pendidikan kesehatan. Bandar lampung.
- Narbuko, Cholid. 2007. *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nurhasan,2000. *Tes Dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Notoatmojo. 2003. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*.PT Rineka Cipta. Jakarta
- Sediaoetama, A.D. 1985. *Ilmu Gizi (Untuk Mahasiswa Dan Profesi) Jilid 1*. Cetakan Ke-4. Dian Rakyat Indonesia.