

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Demi kemajuan bangsa, upaya harus dilakukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan menghasilkan talenta-talenta terbaik, salah satunya dengan melakukan melalui pendidikan. Pendidikan adalah upaya terencana untuk menciptakan kondisi belajar dan proses pembelajaran bagi peserta didik agar secara aktif mengembangkan potensi kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan untuk hidupnya sendiri, bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara (Raihan dkk., 2024, hlm. 112). Proses pendidikan memang merupakan permasalahan universal yang dihadapi oleh semua bangsa, oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan dipengaruhi oleh berbagai peluang, budaya, situasi dan keadaan bangsa yang bersangkutan. Selain itu pendidikan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, khususnya generasi baru putra dan putri di tanah air (Ikhsan 2017, hlm. 120).

Untuk mencapai keseimbangan dan kesempurnaan, diperlukan juga pendidikan yang mendorong perkembangan individu dan masyarakat. Pendidikan adalah proses mengubah sikap dan perilaku individu atau kelompok individu menjadi pribadi yang dewasa melalui pengajaran dan latihan. Dalam mencapai tujuan tersebut salah satu mata pelajaran yang ada pada kurikulum pembelajaran sekolah adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan umum yang bertujuan untuk kebugaran jasmani, stabilitas emosional, keterampilan sosial melalui aktivitas fisik dan olahraga. Pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam membimbing peserta didik mencapai keseimbangan antara pertumbuhan jasmani dan perkembangan mental (Fajri, 2022, hlm. 5). Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada pertumbuhan jasmani saja, tetapi juga pada aspek-aspek seperti kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian, sikap dan perkembangan prestasi akademik siswa.

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH
DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Menurut Adang Suherman dan Agus Mahendra (2002) (dalam Galuh Hendityo Wicaksono, 2019, hlm. 96) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Berarti ada perubahan perilaku yang dihasilkan dalam pendidikan jasmani yang dilakukan. Salah satunya ketika guru sekolah dasar melakukan pembelajaran pendidikan jasmani yang memegang peran penting yang meliputi merencanakan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran dan memberikan evaluasi atau penilaian terhadap prestasi akademik siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Catur Wahyu Priyanto dkk tentang Status Gizi, Kesehatan Jasmani dan Kecerdasan Emosi dengan Prestasi Belajar menyatakan bahwa ketika status gizi atau kesehatan jasmani naik pastinya akan ada faktor dari yang lainnya menjadi meningkat yaitu prestasi belajar (Catur Wahyu Priyanto, Soegiyanto KS, 2015, hlm. 35).

Proses pembelajaran sangat mempengaruhi hasil belajar siswa. Prestasi belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor intrinsik adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa. Meliputi fisik (kesehatan dan kecacatan fisik) dan psikologis (kecerdasan, bakat, emosi, motivasi dan kedewasaan). Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa. Meliputi keluarga, sekolah, dan masyarakat (Catur Wahyu Priyanto Soegiyanto KS, 2015, hlm. 33). Prestasi dalam bidang pendidikan dapat dicapai dengan melaksanakan proses pembelajaran yang bertujuan untuk mengubah perilaku belajar siswa dengan meningkatkan status gizi dan kebugaran jasmani. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Hidayat Sahida, Asri C. Adisasmita, dan Ratna Djuwita yang menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara variabel status gizi lebih pada prestasi akademik kumulatif yaitu $RR\ 6,29$ ($CI\ 95\%\ 3,82-10,35$). Oleh karenanya orang tua perlu menyadari adanya pengaruh status gizi terhadap prestasi akademik sehingga akan lebih bijak dalam memilih asupan makanan dan jenis sekolah atau pendidikan yang tepat sesuai dengan usia anak (Sahid dkk., 2021, hlm. 75).

Prestasi akademik mengacu pada pengukuran keterampilan yang dicapai dalam bentuk nilai berdasarkan tugas sekolah atau usaha. Pada saat ini prestasi akademik

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

merupakan hasil usaha belajar dalam lingkungan kelas yang mengukur kemampuan belajar seseorang, dan prestasi akademik dinyatakan dalam bentuk raport dan nilai ujian yang tuntas (Asnan, 2013, hlm. 106). Hasil belajar tersebut meliputi a) masalah pengetahuan ilmiah, konsep, dan fakta (kognitif), b) masalah pribadi atau sikap (afektif), dan c) masalah perilaku, keterampilan, atau afektif (Sardiman, 2007, hlm. 127). Maka dapat disimpulkan bahwa prestasi akademik sebuah hal yang mengacu pada pengukuran keterampilan yang diperoleh dalam bentuk nilai selama 6 bulan atau satu semester. Akan tetapi hal tersebut harus ditunjang dengan kebutuhan gizi yang baik agar bisa menghasilkan hasil belajar yang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Chairanisa Anwar dan Isatirradiyah tentang Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Akademik Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2017 menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi akademik. Siswa yang memiliki prestasi akademik baik lebih banyak yang memiliki status gizi normal. Maka penelitian ini menemukan adanya hubungan yang erat antara status gizi siswa sekolah dasar dengan prestasi akademik (Anwar & Isatirradiyah, 2019, hlm. 11).

Menurut Yulifri (2019, hlm. 4) kebugaran jasmani adalah kondisi jasmani yang menggambarkan potensi dan kemampuan jasmani untuk melakukan tugas tertentu dengan hasil yang optimal tanpa memperlihatkan kelelahan yang berarti. Siswa yang berada dalam kebugaran jasmani yang baik dapat menyelesaikan kegiatan proses pembelajaran untuk mencapai keberhasilan maksimal yang ditunjukkan pada prestasi akademik. Gizi merupakan salah satu aspek yang sangat penting ditinjau dari peningkatan prestasi anak, kondisi gizi dikatakan baik atau normal apabila terdapat keseimbangan antara nafsu hidup dengan zat gizi yang dikonsumsi. Hal ini sangat ditentukan oleh status gizi yang baik, sedangkan status gizi yang baik ditentukan oleh jumlah makanan yang dikonsumsi. Selain itu, faktor yang mempengaruhi status gizi adalah konsumsi makanan dan tingkat kesehatan (Malek dkk., 2015, hlm. 750). Berdasarkan kutipan tersebut, gizi yang baik dan seimbang berasal dari sumber makanan yang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Muhamad Ariq Fauzan, Yesi Nurmalasari, dan Anggun tentang Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar di SDN 13 Teluk Pandan terdapat hubungan yang

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

bermakna antara status gizi dengan prestasi belajar pada anak (Fauzan dkk., 2021, hlm. 109). Artinya, semakin baik status gizi anak maka akan semakin baik prestasi belajar anak tersebut, ini menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar.

Dalam jangka panjang, kekurangan gizi menyebabkan keterbatasan pertumbuhan dan pada akhirnya berdampak negatif terhadap perkembangan. Anak pada kategori status gizi sangat kurus memiliki prestasi akademik sangat buruk, siswa pada kategori status gizi kurus mempunyai lebih banyak siswa dengan prestasi akademik rendah, dan siswa pada kategori status gizi gemuk mempunyai lebih banyak. Di Indonesia, berdasarkan laporan hasil survei gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 juga menunjukkan bahwa stunting menurut 2,8% yaitu 21,6%, wasting meningkat 0,6% yaitu 7,7%, underweight meningkat 0,1% yaitu 17,1% dan overweight menurun menjadi 0,3% yaitu 3,5% (Kemenkes, 2022, hlm. 5). Oleh karena itu perlu dilakukan upaya yang optimal untuk menjamin kecukupan gizi dan menu seimbang sesuai dengan usia setiap anak, sehingga siswa selanjutnya tidak mengalami kesulitan atau hambatan dalam berpikir untuk mencapai keberhasilan akademik di sekolah dan aktivitas kebugaran jasmani siswa.

Dalam penelitian yang di lakukan oleh Ikhwan Abduha, Humaedib, dan Muhammad Agusman tentang Analisis Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Hasil Belajar Siswa yang menunjukkan bahwa nilai tertinggi tes kesegaran jasmani sebesar 24 nilai tersebut sudah termasuk pada kategori sangat baik dan nilai terendah 13 yang berarti masih berkategori kurang, rata-rata tertinggi hasil belajar siswa 79,92 dan nilai rata-rata terendah 72,28 (Abduh dkk., 2020, hlm. 75). Maka disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat kesegaran jasmani dengan hasil belajar siswa, semakin baik kesegaran jasmani, sehingga akan menunjang hasil belajar siswa. Berbeda dengan penelitian ini metode yang akan di dilakukan untuk mengetahui siswa sekolah dasar dengan memiliki kebugaran jasmani yang baik yaitu dengan melakukan Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI).

Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) merupakan rangkaian tes kebugaran siswa Indonesia yang harus diambil secara keseluruhan tanpa mengurangi atau menambah soal tes lainnya (Kemendikbud, 2023). Tujuannya sebagai pedoman

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dalam melaksanakan tes dan latihan, serta juga sebagai alat pengolah dan penyimpanan data, serta sebagai alat prediksi untuk mengembangkan keterampilan olahraga siswa. Sebab kebugaran jasmani merupakan hal yang penting dalam pertumbuhan dan perkembangan pada anak sekolah dasar. Sama seperti dalam penelitian Aprillia Tamitha Hoata, I Wayan Gede Sutadarma, dan Ni Nyoman Ayu Dewi tentang Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar yang menghasilkan Hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar dapat menjadi indikator bagi siswa untuk melakukan sarapan secara rutin karena dapat meningkatkan prestasi belajar. Maka ketika sudah memperhatikan status gizi dan kebugaran jasmani siswa, diharapkan prestasi akademik yang dicapai siswa pada jurusan pendidikan jasmani dan pendidikan kesehatan (PJOK) mempunyai hasil belajar yang baik (Yuliana Sulaiman, 2021, hlm. 58).

Secara fisiologis status gizi dan kebugaran jasmani meningkatkan status kesehatan dan memberikan kesempatan bertahan hidup relatif lebih lama. Secara psikologis, kecerdasan emosional memberikan kemampuan dalam mengatur, mengidentifikasi, memotivasi diri sendiri hingga menciptakan suasana positif dalam memecahkan masalah (Catur Wahyu Priyanto, Soegiyanto KS, 2015, hlm. 34). Hal ini menunjukkan dugaan penelitian antara status gizi dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar dengan prestasi akademik memiliki hubungan yang baik. Dengan pengembangan dan pembaruan dari penelitian yang terdahulu maka penelitian ini menggunakan Indeks Antropometri untuk pengukuran status gizi dan Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) untuk Fase C serta Prestasi Akademik hasil belajar siswa diambil dari hasil raport dari setiap masing-masing sampel sesuai dengan kemampuan nilai raport siswa.

Memperhatikan status gizi dan kondisi kebugaran jasmani diharapkan prestasi akademik peserta didik di sekolah SDIT QORDOVA memiliki Tingkat korelasi yang tinggi pada pembelajaran olahraga. Berdasarkan observasi penulis dan informasi yang diperoleh ketika penulis melakukan pembelajaran di SDIT QORDOVA, Prestasi Akademik siswa menunjukkan hasil yang baik pada praktik dan teori. Meskipun hasil yang dicapai menunjukkan hasil yang baik dan

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA
SEKOLAH DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

melampaui KKM, Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Status Gizi dan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Dengan Prestasi Akademik”

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang penulis rumuskan yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan status gizi dengan prestasi akademik?
2. Apakah terdapat hubungan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik?
3. Apakah terdapat hubungan status gizi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan latar belakang diatas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan prestasi akademik
2. Untuk mengetahui hubungan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik
3. Untuk mengetahui hubungan status gizi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik

1.4 Manfaat Penelitian

Seperti yang sudah penulis paparkan pada tujuan penelitain, maka manfaat pada penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat dari segi teori

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu peneliti berharap penelitian yang telah dilakukan ini dapat memberikan manfaat pada perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya mengetahui tentang status gizi dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar dengan prestasi akademik.

1.4.2 Manfaat dari segi praktik

1.4.2.1 Bagi Penulis

Dapat menambah pengetahuan, wawasan, serta dapat dijadikan bahan rujukan bagi peneliti lain untuk dapat mengembangkan penelitian- penelitian selanjutnya.

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.4.2.2 Bagi Guru

Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi referensi bahan ajar untuk dapat memaksimalkan tentang status gizi dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar dengan prestasi akademik

1.4.2.3 Bagi Peserta Didik

Penelitian ini dapat menjadi hal yang membawa dampak positif bagi pemahaman materi serta kemampuan tentang status gizi dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar dengan prestasi akademik.

1.5 Struktur Organisasi

Struktur organisasi penulisan skripsi yang mana isinya menyajikan urutan bab dalam penyusunan skripsi yang terdiri dari 5 bab, yaitu:

Pada bab 1 mencakup latar belakang penelitian mulai dari fenomena, fakta dan permasalahan di lapangan, mencari gagasan tentang penelitian yang akan dilakukan, menentukan tujuan dan manfaat dari hasil penelitian, yaitu tentang status gizi, kebugaran jasmani siswa dan prestasi akademik. Sementara bab 2 tentang kajian teori yang meliputi studi literatur untuk memberikan landasan teoretis, penelitian terkait untuk mengetahui hasil penelitian sebelumnya, alur pemikiran untuk menjelaskan hubungan antarvariabel, dan hipotesis untuk memprediksi hasil penelitian. Pada bab ini teori-teori yang dicantumkan mengenai status gizi, kebugaran jasmani dan prestasi akademik. Sedangkan untuk bab 3 menjelaskan metode penelitian dalam hal ini penulis menggunakan deskriptif kuantitatif, desain, partisipan dengan kelas atas sekolah dasar fase c, populasi dan sample penelitian menggunakan total *sampling*, prosedur penelitian dalam hal ini penulis menjelaskan langkah-langkah penelitian, dengan instrument penelitian pengukuran status gizi dengan IMT, kebugaran jasmani dengan TKJI dan prestasi akademik *raport*. Analisis data yang digunakan korelasi sederhana dan korelasi berganda. Untuk bab 4 penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai bentuknya sesuai dengan tujuan untuk memberikan gambaran yang jelas tentang temua penelitian untuk menjawab pertanyaan pada rumusan masalah. Bab 5 berisi simpulan, implikasi, dan rekomendasi, yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian mengenai hubungan status gizi

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian.

Ali Setiawan, 2024

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA
SEKOLAH DASAR DENGAN PRESTASI AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repositori.upi.edu | perpustakaan.upi.edu