

**BUKTI KORESPONDENSI ARTIKEL PADA JURNAL
NASIONAL TERAKREDITASI**

PENGUSUL: Dr. Agung Wahyudi, M.Pd

JUDUL ARTIKEL:

Nutritional Status and Physical Fitness of Full Day Elementary School Students

Jurnal : Kesehatan Masyarakat
ISSN : 1858-1196
Volume : 14
Nomor : 1
Tahun : 2018
Halaman : 28 - 33
Tanggal Publikasi : 1 Juli 2018
Penerbit : Jurusan IKM, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang
SINTA : 1
Terindeks : Scopus
Penulis : Agung Wahyudi, Sofyan Adi Firmansyah, Nguyen Nhat Dong

Kepada Yth.

Tim Penilai Usulan PAK

Bersama ini kami sertakan bukti korespondensi dan proses review artikel kami berjudul "Nutritional Status and Physical Fitness of Full Day Elementary School Students", dipublikasikan di Jurnal Kesehatan Masyarakat tanggal 1 Juli 2018

Resume Kronologi :

NO	TANGGAL	AKTIFITAS
1.	16 Mei 2018	Submit Artikel di Jurnal
2.	25 Juni 2018	Review Pertama
3.	28 Juni 2018	Revisi Pertama
4.	3 Juli 2018	Review Kedua
6.	5 Juli 2018	Revisi Kedua
7.	6 Juli 2018	Review Ketiga
8.	15 Juli 2018	Revisi Ketiga
9.	3 September 2018	Persetujuan Cetak

Demikian atas perhatian Bapak/Ibu, saya mengucapkan terima kasih

Semarang, 27 Desember 2022



Dr. Agung Wahyudi, M.Pd

Lampiran Rinci Kronologi dan Dokumen Email Korespondensi



agung wahyudi <agungpjk@gmail.com>


jurnal

5 pesan

sofyan adi <sofyanadi101@gmail.com>
Kepada: agung wahyudi <agungpjk@gmail.com>

5 Mei 2018 pukul 22.04

di cek lagi pak kutipan sudh saya masukan

 **jurnal pak agung fix.docx**
83K

agung wahyudi <agungpjk@gmail.com>
Kepada: efa.nugroho@mail.unnes.ac.id

6 Mei 2018 pukul 05.38

Mas Efa, ini artikel saya. Minta tolong di-submit-kan di Jurnal Kemas nggih.
Suwun.
[Kutipan teks disembunyikan]

 **jurnal pak agung fix.docx**
83K

Efa Nugroho <efa.nugroho@mail.unnes.ac.id>
Kepada: agung wahyudi <agungpjk@gmail.com>

6 Mei 2018 pukul 10.25

nggih pak.. Siap..
[Kutipan teks disembunyikan]

--
Efa Nugroho, M.Kes

Lecturer - Health Promotion
Public Health Journal Developer

Public Health Science Department, Semarang State University
F5 Building, 2nd Floor, Sekaran Campus,
Gunungpati 50229, Semarang City, Indonesia

Mobile : (+62) 8999349998
Email : efa.nugroho@gmail.com;
efa.nugroho@mail.unnes.ac.id

Efa Nugroho <efa.nugroho@mail.unnes.ac.id>
Kepada: agung wahyudi <agungpjk@gmail.com>

16 Mei 2018 pukul 17.20

Artikel KEMAS #14381

STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR FULL DAY SCHOOL

(Study Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kota Semarang)

Dr. Agung Wahyudi, M.Pd
Sofyan Adi Firmansyah, S.Or

Sudah diterima dan sedang dalam proses review.
User Name : agungwahyudi

Password : 123456

Terima kasih

[Kutipan teks disembunyikan]

agung wahyudi <agungpjr@gmail.com>
Kepada: muhammad sanadi <emsanadi@gmail.com>

27 Desember 2022 pukul 16.38

[Kutipan teks disembunyikan]



agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>

Review Kemas

1 pesan

Efa Nugroho <efa.nugroho@mail.unnes.ac.id>
Kepada: agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>

25 Juni 2018 pukul 10.06

Monggo pak

--

Efa Nugroho, M.Kes

Lecturer - Health Promotion
Public Health Journal Developer

Public Health Science Department, Semarang State University
F5 Building, 2nd Floor, Sekaran Campus,
Gunungpati 50229, Semarang City, Indonesia

Mobile : (+62) 8999349998
Email : efa.nugroho@gmail.com;
efa.nugroho@mail.unnes.ac.id

 **14381-35273-1-ED.doc**
335K



agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>

Revisi Jurnal

1 pesan

agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>
Kepada: efa.nugroho@mail.unnes.ac.id

28 Juni 2018 pukul 06.15

Mas Efa, minta tolong revisian artikel saya dimasukkan ke sistem KEMAS njih.
Suwun.

 **Artikel Revisi - KEMAS.doc**
313K

Review Artikel

2 pesan

Jurnal Kemas <kemas@mail.unnes.ac.id>
Kepada: agungpjkr@gmail.com

3 Juli 2018 pukul 10.59

Yth. Bapak Agung,

Berikut kami kirimkan Review Artikel Bapak.

Terima kasih

KEMAS JournalF5 Building, 2nd Floor, Public Health Department, Sport Science Faculty, Semarang State University, Semarang,
Central Java, Indonesia, 50229<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas>**14381-35273-2-ED-Kirim Email.doc**
328K

agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>
Kepada: Jurnal Kemas <kemas@mail.unnes.ac.id>

5 Juli 2018 pukul 07.07

Berikut dikirimkan hasil revisi artikel saya.

Suwun.

[Kutipan teks disembunyikan]

**Artikel Agung Wahyudi.doc**
368K



agung wahyudi <agungpjk@gmail.com>

Review Artikel Ke 3

1 pesan

Jurnal Kemas <kemas@mail.unnes.ac.id>
Kepada: agung wahyudi <agungpjk@gmail.com>

6 Juli 2018 pukul 15.02

Matur nuwun

KEMAS Journal

F5 Building, 2nd Floor, Public Health Department, Sport Science Faculty, Semarang State University, Semarang,
Central Java, Indonesia, 50229

<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas>



Artikel Agung Wahyudi-Review 3.doc

371K



agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>

Artikel Revisi 3

1 pesan

agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>
Kepada: Jurnal Kemas <kemas@mail.unnes.ac.id>

15 Juli 2018 pukul 09.19

Terkirim Revisi Artikel an. Agung Wahyudi.
Suwun.

 **Artikel Agung Wahyudi-Revisi 3.doc**
337K

Persetujuan Cetak Artikel Jurnal KEMAS

2 pesan

Jurnal Kemas <kemas@mail.unnes.ac.id>

3 September 2018 pukul 11.28

Kepada: meliatilinda@gmail.com, "dr.destika Fahrina" <dr.destika@yahoo.com>, Ety Soesilowati <ettysoesilowati@yahoo.com>, Agustin Pipin <agustinpipin2@gmail.com>, ilah Fadhilah <ilah.fadhilah17@gmail.com>, sandy sandy <mercury.sandy56@gmail.com>, sukoco noorediwiwida <nooredisukoco@yahoo.com>, reni pawestuti <renipawest@gmail.com>, miradianaufal@gmail.com, yuniwija@mail.unnes.ac.id, Azinar Muhammad <azinar.ikm@gmail.com>, Anggriyani wahyu pinandari <aang.pinandari@gmail.com>, s maghfirah <s.m.fira87@gmail.com>, Demsa Simbolon <demsa_ui03@yahoo.com>, agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>, nina zuhana <ninazuhana@gmail.com>, Nita Yunianti Ratnasari <nitayr.gshwng@gmail.com>, molinaindarwati62@gmail.com

Yth. Bapak/ Ibu Penulis Jurnal KEMAS

Kami beritahukan bahwa Dummy artikel Bapak/Ibu yang akan diterbitkan di Jurnal KEMAS telah dilayout dan akan dipublish di Vol 14.1 Juli 2018.

mohon untuk mengecek dengan seksama artikel tersebut, jika Bapak/Ibu sudah setuju, mohon untuk mengirimkan SURAT PERSETUJUAN CETAK yang telah kami lampirkan ke email ini, dan jika masih ada yang keliru mohon untuk menuliskan perbaikannya di email: kemas@mail.unnes.ac.id.

Kami tunggu konfirmasinya maksimal 3 hari (Kamis, 6 Agustus 2018 Jam 23.00 WIB). Jika dalam waktu 3 hari tersebut tidak ada konfirmasi, maka kami anggap bahwa Bapak/ Ibu telah menyetujui artikel tersebut. Konfirmasi setelah tanggal dan jam tersebut tidak dapat dilayani.

Terima kasih.

Hormat kami,

Tim Jurnal KEMAS

KEMAS Journal

F5 Building, 2nd Floor, Public Health Department, Sport Science Faculty, Semarang State University, Semarang, Central Java, Indonesia, 50229

<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas>

2 lampiran

 **Dummy Artikel Vol. 14.1 Juli 2018.rar**
3472K

 **SURAT PERSETUJUAN CETAK JURNAL KEMAS -Dummy Artikel vol. 14.1 Juli 2018.doc**
29K

agung wahyudi <agungpjkr@gmail.com>

27 Desember 2022 pukul 16.35

Kepada: muhammad sanadi <emsanadi@gmail.com>

[Kutipan teks disembunyikan]

2 lampiran

 **Dummy Artikel Vol. 14.1 Juli 2018.rar**
3472K

 **SURAT PERSETUJUAN CETAK JURNAL KEMAS -Dummy Artikel vol. 14.1 Juli 2018.doc**
29K

STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR FULL DAY SCHOOL

(Study Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kota Semarang)

Dr. Agung Wahyudi, M.Pd

Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Semarang

agungpjkr@gmail.com

Sofyan Adi Firmansyah, S.Or

Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang

sofyanadi101@gmail.com

Abstract

The status of nutrition in everyone can be counted through the adequacy of nutrients obtained from the foods digested everyday. The increasing number of healthy food is absorbed by the body that can help the physical fitness of the body.

The purpose of the research is to do counseling in order to know the nutritional status and physical fitness level of fifth grade student at Tunas Harapan Islamic Elementary School in Sendangmulyo Tembalang Semarang. Based on the measurement nutritional status and physical fitness test (TK.II). For taking this data is using descriptive method with the measurement and test techniques, while the instrument that already used is the measurement of height, weight, age and physical fitness tests (TK.II). The Results of this research is the nutritional status of fifth grade students in Tunas Harapan Islamic Elementary School have the category of normal nutrition and physical fitness level with the medium category.

Keywords: fifth grade student, nutritional status, phisycal fitness).

1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan, yang pada pelaksanaannya berupa aktivitas jasman iterutama olahraga, dan matapelajaran penjasorkes dimana pembelajaran tentang gizi juga diharapkan disajikan oleh guru dan semua siswa diharapkan dapat mengetahui pentingnya gizi untuk tubuh. "Kebugaran jasmani akan diperoleh untuk setiap orang jika orang tersebut bersedia melakukan latihan sesuai dengan program latihan yang tepat" dalam jurnal ahmad nasrullah.

"Kuantitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu faktor utama yang diperlukan dalam melaksanakan pembangunan nasional" dalam

Sofyan Adi Firmansyah, S.Or

Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang

sofyanadi101@gmail.com

Abstract

The status of nutrition in everyone can be counted through the adequacy of nutrients obtained from the foods digested everyday. The increasing number of healthy food is absorbed by the body that can help the physical fitness of the body.

The purpose of the research is to do counseling in order to know the nutritional status and physical fitness level of fifth grade student at Tunas Harapan Islamic Elementary School in Sendangmulyo Tembalang Semarang. Based on the measurement nutritional status and physical fitness test (TK.II). For taking this data is using descriptive method with the measurement and test techniques, while the instrument that already used is the measurement of height, weight, age and physical fitness tests (TK.II). The Results of this research is the nutritional status of fifth grade students in Tunas Harapan Islamic Elementary School have the category of normal nutrition and physical fitness level with the medium category.

Keywords: fifth grade student, nutritional status, phisycal fitness).

1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan, yang pada pelaksanaannya berupa aktivitas jasman iterutama olahraga, dan matapelajaran penjasorkes dimana pembelajaran tentang gizi juga diharapkan disajikan oleh guru dan semua siswa diharapkan dapat mengetahui pentingnya gizi untuk tubuh. "Kebugaran jasmani akan diperoleh untuk setiap orang jika orang tersebut bersedia melakukan latihan sesuai dengan program latihan yang tepat" dalam jurnal ahmad nasrullah.

"Kuantitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu faktor utama yang diperlukan dalam melaksanakan pembangunan nasional" dalam jurnal ahmad anas. Selain itu, pemerintah memberikan prioritas yang tinggi pada peningkatan gizi masyarakat, serta pencegahan penyakit dalam rangka meningkatkan sumber daya manusia dan kehidupannya.

"Status gizi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi produktivitas kerja" dalam jurnal sri rahayu utami. Dalam jurnal ehliza Pahlevi "Perbaikan gizi diperlukan pada seluruh siklus kehidupan, mulai sejak masa kehamilan, bayi dan anak balita, pra sekolah, anak SD dan MI, remaja dan

- user Dihapus saja
user Juni 25, 2018 Tidak perlu menuliskan gelar
user Tidak perlu menuliskan gelar
user Tambahkan alamat Instansi dan no Hp yang dpt dihubungi

- user Tidak perlu penomoran
user Perbaiki penulisan sumber rujukan
user Perbaiki penulisan sumber rujukan

- user Tidak perlu penomoran
user Perbaiki penulisan sumber rujukan
user Perbaiki penulisan sumber rujukan
user Tambahkan sumber pustaka
user Perbaiki penulisan sumber rujukan
user Awal kalimat tidak boleh kata sambung/ kata keterangan
user Perbaiki penulisan sumber rujukan

Activate V Go to Setting

dewasa sampai usia lanjut (Heath et al., 2005). Dalam jurnal Rahmadini Nurani "dampak yang ditimbulkan akibat kurang gizi pada balita dibedakan menjadi dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek meliputi kesakitan, ketidakmampuan, dan kematian. Dampak jangka panjang meliputi menurunnya ukuran tubuh saat dewasa, kemampuan intelektual, produktivitas ekonomi, performa reproduksi, dan meningkatnya risiko penyakit metabolik dan kardiovaskular."

user
Tidak perlu spasi

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

Upaya yang cukup penting dalam meningkatkan sumber daya manusia adalah peningkatan status gizi masyarakat, karena status gizi adalah salah satu faktor yang mencantumkan kualitas hidup seseorang. Dalam jurnal Rahim Fitri "Gizi adalah salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi individu atau masyarakat, dan karenanya merupakan issue fundamental dalam kesehatan masyarakat (Emerson, 2005; Mendez, 2005). "Perbaikan nutrisi terkait dengan keberadaan penyakit menular dan kemampuan untuk menyediakan makanan di tingkat keluarga" dikutip Dalam jurnal Kusnawati Erna. "Malnutrisi umumnya diasumsikan hanya karena kemiskinan, tetapi data dari studi di berbagai negara menyatakan kecuali dalam kasus kelaparan, ketersediaan pangan bukan satu-satunya penyebab (World Bank, 2006) (Jurnal marita

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

user
Usahakan memparafasekan kutipan agar tingkat similaritas naskah tidak terlalu tinggi, termasuk di awal awal paragraph pendahuluan

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

Mengutip dari jurnal Setyawati Vilda "Ukuran keberhasilan seseorang dalam menerapkan gizi seimbang adalah status gizi", "Lingkungan dapat menyangkut aspek alam, sosial maupun binaan, dan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi" daam jurnal oktia woro. "Status gizi adalah keadaan akibat dari keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi dan penggunaan zat-zat gizi tersebut atau keadaan fisiologik akibat dari tersedianya zat gizi dalam seluruh tubuh (Sunita Almatsier, 2004.)" dalam jurnal ferida putri. Gizi dan kebugaran jasmani berperan penting dalam mendukung kesehatan manusia, tingkat kesehatan yang baik akan mendukung terbentuknya sumber daya manusia yang berkualitas dan sumber daya manusia yang berkualitas akan mendukung pembangunan dalam berbagai bidang kehidupan manusia.

user
Usahakan memparafasekan kutipan agar tingkat similaritas naskah tidak terlalu tinggi, termasuk di awal awal paragraph pendahuluan

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

Dalam jurnal woro oktia "Malnutrisi, selain sebagai dampak, serta faktor risiko untuk penyakit dan dapat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas". Dalam jurnal huriah titih "Pada hakikatnya, masalah gizi dapat diselesaikan dalam waktu relatif singkat. Dari penjelasan di atas secara umum bahwa status gizi yang baik dan kebugaran jasmani yang baik sangat penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan seorang anak. Dalam jurnal Hartanto djarot "Jika gizi kurang banyak dihubungkan dengan berbagai penyakit infeksi, gizi lebih dan obesitas dianggap sebagai pertanda awal penampilan kelompok penyakit non infeksi.

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

user
Usahakan memparafasekan kutipan agar tingkat similaritas naskah tidak terlalu tinggi, termasuk di awal awal paragraph pendahuluan

Dalam jurnal Budiono Irwan "Pengetahuan tentang bahan makanan ini kemudian diterapkan dalam pola pemilihan makanan sehari-hari dan konsumsi makanan. Sedangkan tidak mungkin kita mengetahui apakah status gizi dan kebugaran jasmani seorang anak itu sudah baik apa belum tanpa melakukan aktifitas tes dan pengukuran terhadap kedua aspek itu secara berkala. Dalam jurnal sartika Dewi "Faktor langsung penyebab gizi kurang adalah asupan gizi yang rendah dan penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung adalah persediaan pangan, pola asuh, sanitasi, sumber air bersih dan pelayanan kesehatan".

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

user
Usahakan memparafasekan kutipan agar tingkat similaritas naskah tidak terlalu tinggi, termasuk di awal awal paragraph pendahuluan

Menurut Djoko Pekik Irianto (2005:13), seorang dikategorikan memiliki derajat kebugaran jasmani (*Fitness*) yang baik apabila memiliki kemampuan untuk dapat melakukan pekerjaan sehari-hari secara efisien tanpa kelelahan yang berlebih dan dapat menikmati waktu luangnya. Sedangkan orang dikategorikan

user
Perbaiki penulisan sumber rujukan

sehat apabila bebas penyakit, sehingga dapat disimpulkan bahwa kesehatan dan kebugaran merupakan dua kondisi yang diperlukan setiap orang agar dapat menikmati hidup.

Demikian pula dengan definisi kebugaran jasmani, kebugaran didefinisikan dalam 2 kelompok yaitu kebugaran yang berkaitan dengan kesehatan dan kebugaran yang berkaitan dengan keterampilan. Komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan meliputi: Daya tahan paru jantung, daya tahan, kekuatan otot, kelentukan dan posisi tubuh. Sedangkan komponen kebugaran jasmani yang berkaitan dengan keterampilan yaitu: kecepatan, ketangkasan, keseimbangan, kecepatan reaksi, koordinasi, komposisi tubuh. "Kekurangan aktivitas jasmani akan menyebabkan perubahan metabolisme sel-sel dan sistem muskula-skeletal, kardio-vaskuler, serta sistem saraf (Ceña et al., 2006)" dalam jurnal Soegiyanto.

Kesehatan jasmani yang optimal hanya dapat diperoleh melalui latihan fisik yang benar, teratur dan terukur, baik takaran maupun intensitas latihannya. Di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan merupakan sekolah yang memberlakukan kegiatan full day school sehingga tumpukan aktivitas fisik yang dilakukan oleh siswa kelas IV, V dan VI intensitasnya sangat padat sehingga membutuhkan kecukupan gizi dan kebugaran jasmani yang baik. Banyak siswa yang cepat mengalami kelelahan saat mengikuti pembelajaran baik mata pelajaran umum maupun penjasorkes di lapangan.

Menurut Engkos Kosasi (1985:10) kesegaran jasmani bagi pelajar adalah untuk mempertinggi kemampuan kemauan belajar, sehingga dengan kesegaran jasmani yang baik, diharapkan dapat meningkatkan prestasi belajar siswa.

Dalam penelitian ini oleh yang diteliti siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan karena anak pada usia anak kelas V merupakan usia dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Siswa mempunyai aktifitas tubuh yang berbeda-beda, pada saat pendidikan dasar siswa cenderung aktif dalam melakukan kegiatan. Belum diketahui status gizi dan tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Tunas Harapan merupakan hal yang begitu penting untuk diteliti. Oleh karena itu berdasarkan kenyataan yang ada dipandang perlu untuk mengadakan penelitian yang berjudul "Status Gizi Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Full Day School (Study Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang).

KAJIAN PUSTAKA

B.A. Hakikat Status Gizi

Menurut Deswarni dan Gatot kunanto (1990) dalam Supriasa, gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi.

Dalam jurnal Rahayu utami menjelaskan "Gizi kerja adalah zat yang dibutuhkan oleh tenaga kerja untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan pekerjaannya agar tingkat kesehatan dan produktivitas kerjanya tercapai setinggi-tingginya (Gempur Santoso, 2004:75).

Dalam proses pertumbuhan dan perkembangan seorang anak gizi memiliki peran yang sangat penting. Tanpa pemenuhan gizi yang baik, pertumbuhan dan perkembangan seorang anak akan mengalami hambatan, sebaliknya ketika seorang anak kelebihan gizi pun juga tidak baik



user

Usahakan memparafasekan kutipan agar tingkat similaritas naskah tidak terlalu tinggi, termasuk di awal awal paragraf pendahuluan

Perbaiki penulisan sumber rujukan



user

Tambahkan sumber data



user

Perbaiki penulisan sumber rujukan



user

Tidak perlu ada KAJIAN PUSTAKA

10-12 tahun mengingat yang menjadi objek penelitian adalah anak usia sekolah dasar usia 10-12 tahun. Kategori dengan membedakan juga jenis kelamin dimana kategori putra dan putri. Menurut Nurhasan (2000) Tes Kebugaran jasmani (TKJI) merupakan rangkaian tes yang terdiri dari *sprint* 40 meter, *gantung siku tekuk*, *sit up*, *vertical jump*, *lari jarak menengah*.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif, artinya ~~bahwa~~ pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait dengan fenomena, kondisi, atau variabel tertentu dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis (Maksum, 2009:54).

Dari penelitian ini, penulis ingin menggambarkan data mengenai status gizi dan kebugaran jasmani siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang.

Populasi penelitian ini adalah Siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Merupakan kelas yang memiliki jumlah kelas sebanyak 4 kelas dengan jumlah siswa totalnya 120 anak. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik random sampling, pengambilan anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Jadi secara praktisnya 120 anak diundi secara acak, dan yang mendapatkan undian sebanyak 30 anak menjadi sampel penelitian.

Peneliti mempertimbangan bahwa anak usia sekolah dasar kelas V mempunyai usia paling tinggi diantara anak usia sekolah dasar kelas lain selain kelas VI yang tidak mendapat perijinan karena harus fokus ke persiapan ujian nasional.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa macam tes yang akan dilakukan untuk mengambil data dari Siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Langkah awal sebelum melakukan penelitian adalah melakukan studi pendahuluan, dengan tujuan mengetahui kondisi di lapangan yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian. Dalam studi pendahuluan kegiatan yang dilakukan adalah:

1. Menentukan sasaran penelitian siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang.
2. Memberikan informasi pada sasaran penelitian, tentang kegiatan yang dilakukan berkaitan dengan penelitian.

Langkah selanjutnya adalah mempersiapkan instrument penelitian, meliputi : Alat pengukur tinggi badan, ATK (alat tulis kantor), dan tempat sesuai instrumen penelitian.

Pengukuran yang dilakukan yaitu pertama pengukuran tentang status gizi dengan cara mengukur tinggi badan, Berat badan mencatat umur dalam tahun dan bulan. Selanjutnya pengukuran kebugaran yaitu dengan mengukur tingkat kebugaran jasmani melalui instrument Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Pelaksanaannya sebagai berikut:

1. Siswa dibariskan sesuai dengan urutan di ~~gbsen~~
2. Kemudian melakukan tes antropometrik yaitu mengukur tinggi badan, berat badan dan mendata umur.
3. Data yang diperoleh dimasukan dalam tes (IMT/U)
4. Mencari nilai Z Score dan di sesuaikan dengan tabel median buku Permenkes Tahun 2010.
5. Melakukan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI)

Beberapa bentuk tes yang dijadikan variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Tes tinggi badan, dan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

user
Tidak perlu penomoran

user
revisi

user
Tanpa penomoran

Disini akan disajikan data yang diperoleh dari tes dan pengukuran dari masing-masing variabel yang telah diteliti, yang dimaksud variabelnya adalah: Tes tinggi badan, berat badan dan umur (IMT) serta mencari nilai Z Score untuk mengetahui status gizi, dan tes lari cepat (sprint), tes gantung sikut tekuk, tes baring duduk (situp), tes loncat tegak (vertical jump), lari jarak menengah dalam instrument tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI) ini untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani.

1. Deskripsi Data

Dalam melakukan analisis data mula-mula dengan memasukkan data pada tabel perhitungan untuk melakukan perhitungan, selanjutnya mengkategorikan masing-masing variabel menurut kriteria dan rujukannya. Setelah semua data sudah dimasukkan dan dikategorikan selanjutnya langkah berikutnya dengan perhitungan rata-rata, standar deviasi dan presentase dari masing-masing kriteria. Berikutnya akan dijelaskan deskripsi data dari pada hasil perhitungan masing-masing variabel.

Tabel 4.5

Klasifikasi Rata-rata Status Gizi

No	Status Gizi	Jumlah siswa	Nilai Rata-rata	Median	Presentase (%)
1	Normal	26	-0,55	-0,66	86,67%
2	Obesitas	4	3,93	3,62	13,33%
Jumlah					100%

Dari tabel diatas (4.5) maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kriteria status gizi siswa dan siswa Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah normal, dengan jumlah siswa sebanyak 26, presentase 86,67%. Kriteria Obesitas dengan jumlah siswa sebanyak 4, presentase 13,33%.

Tabel 4.6

Klasifikasi Rata-rata kebugaran jasmani

No	Kebugaran Jasmani	Jumlah siswa	Presentase (%)
1.	Baik sekali	3	10%
2.	Baik	6	20%
3.	Sedang	17	56,67%
4.	Kurang	4	13,33%
Jumlah			100%

Dari tabel diatas (4.6) maka sebagian besar kriteria tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah kriteria Baik

user
Perbaiki penulisan

user
Tambahkan tabel Karakteristik umum Responden (Jenis kelamin, umur, dll)

user
Tiba tiba muncul tabel 4, tabel 1, 2 dan 3 mana?

user
Tambahkan sumber tabel

user
Perbaiki nomer tabel

user
Tambahkan sumber tabel

Baik Sekali Baik Sedang Kurang Kurang Sekali Gagal

kategori kebugaran jasmani

Sehingga pada kebugaran jasmani siswa siswi kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah sedang, maka program dan aktifitas jasmani dan pemantauannya harus ditingkatkan lagi guna menunjang kebugaran jasmani yang baik.

Gizi normal yang didapat oleh siswa-siswi Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan tidak lepas dari pola makan dengan gizi yang sehat dan seimbang, berbagai kasus gizi buruk dapat dicegah melalui perilaku dari orangtua atau pengasuh dalam keluarga, untuk selalu menyajikan makanan yang sehat dan seimbang. Gizi seimbang merupakan makanan yang dikonsumsi individu dalam satu hari yang beranekaragam dan mengandung zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur sesuai dengan kebutuhan tubuhnya (Paath dkk, 2005).

Hasil sedang yang didapat dalam Tes Kebugaran Jasmani Indonesia oleh siswa-siswi Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan tidak lepas dari bagaimana siswa-siswi melakukan aktifitas fisik baik diluar maupun didalam jam pelajaran, banyak sedikitnya kegiatan fisik sangat mempengaruhi semua komponen kebugaran jasmani juga bertambahnya jam mata pelajaran pendidikan jasmani yang awal mula 2 jam pelajaran menjadi 4 jam pelajaran. Bagitupun dengan kebiasaan olahraga, kebiasaan olahraga adalah salah satu cara untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Nurhasan, dkk (2005; 5).

4. KESIMPULAN

A. Simpulan

Dapat diambil kesimpulan bahwa status gizi dan kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Status gizi siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan sebagian besar adalah gizi normal dengan jumlah 26 siswa, dan prosentase 86,67%, obesitas dengan jumlah siswa 4 siswa dan prosentase 13,33%.
2. Tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah kriteria Baik Sekali (BS) dengan jumlah 3 siswa, dan nilai prosentase keseluruhan 10%. Untuk Baik (B) dengan jumlah 6 siswa, dan prosentase keseluruhan 20%. Kriteria sedang (S) dengan jumlah 7 siswa, dan nilai prosentase keseluruhan 5,67%. Kurang (K) dengan



user
Tambah pembahsan dari penelitian-penelitian yang sebelumnya.

Tambahkan pembahsan-pembahsan dari artikel Jurnal.



user
Simpulan dan saran dinarasikan saja dan tidak diberi penomoran

REVIEW 03 JULI 2018

STATUS GIZI DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR FULL DAY SCHOOL

Agung Wahyudi
Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Semarang, Kampus Sekaran Gunungpati
081390068961
agungpjkr@gmail.com

Sofyan Adi Firmansyah, S.Or
Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang
sofyanadi101@gmail.coms

Abstract


The status of nutrition in everyone can be counted through the adequacy of nutrients obtained from the foods digested everyday. The increasing number of healthy food is absorbed by the body that can help the physical fitness of the body.


The purpose of the research is to do counseling in order to know the nutritional status and physical fitness level of fifth grade student at Tunas Harapan Islamic Elementary School in Sendangmulyo Tembalang Semarang. Based on the measurement nutritional status and physical fitness test (TKJI). For taking this data is using descriptive method with the measurement and test techniques, while the instrument that already used is the measurement of height, weight, age and physical fitness tests (TKJI). The Results of this research is the nutritional status of fifth grade students in Tunas Harapan Islamic Elementary School, have the category of normal nutrition and physical fitness level with the medium category.


Keywords: fifth grade student, nutritional status, phisycal fitness


PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan, yang pada pelaksanaannya berupa aktivitas jasmani terutama olahraga, dan mata pelajaran penjasorkes dimana materi pembelajaran tentang gizi juga diharapkan disajikan oleh guru dan semua siswa diharapkan dapat mengetahui pentingnya gizi untuk tubuh. Program latihan yang tepat dapat meningkatkan kebugaran jasmani (Ahmad Nasrullah, 2014). Muhamad Anas (2011) menyebutkan bahwa pembangunan nasional memerlukan kuantitas Sumber Daya Manusia (SDM) untuk melaksanakannya.

 user dibaus

 user Juni 29, 2018 sebutkan nama jkhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

 user belum ada di daftar pustaka

 user kurang tutup

Activate V
Go to Setting


is the measurement of height, weight, age and physical fitness tests (TKJI). The Results of this research is the nutritional status of fifth grade students in Tunas Harapan Islamic Elementary School, have the category of normal nutrition and physical fitness level with the medium category.


Keywords: fifth grade student, nutritional status, phisycal fitness


PENDAHULUAN


Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan, yang pada pelaksanaannya berupa aktivitas jasmani terutama olahraga, dan mata pelajaran penjasorkes dimana materi pembelajaran tentang gizi juga diharapkan disajikan oleh guru dan semua siswa diharapkan dapat mengetahui pentingnya gizi untuk tubuh. Program latihan yang tepat dapat meningkatkan kebugaran jasmani (Ahmad Nasrullah, 2014). Muhamad Anas (2011) menyebutkan bahwa pembangunan nasional memerlukan kuantitas Sumber Daya Manusia (SDM) untuk melaksanakannya. Selain itu, pemerintah memberikan prioritas yang tinggi pada peningkatan gizi masyarakat, serta pencegahan penyakit dalam rangka meningkatkan sumber daya manusia dan kehidupannya.


“Status gizi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi produktivitas kerja” dalam jurnal Sri Rahayu Utami (2012). Andriani Pahlevi (2012) dalam jurnalnya menyebutkan perbaikan gizi diperlukan pada seluruh siklus kehidupan, mulai sejak masa kehamilan, bayi dan anak balita, pra sekolah, anak SD dan MI, remaja dan dewasa sampai usia lanjut (Heath et al., 2005). Rahmadini Nurani (2013) menyebutkan “dampak yang ditimbulkan akibat kurang gizi pada balita dibedakan menjadi dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek meliputi kesakitan, ketidakmampuan, dan kematian. Dampak jangka panjang meliputi menurunnya ukuran tubuh saat


 user dibaus


 user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.


 user belum ada di daftar pustaka


 user Juni 29, 2018 kurang tutup

 user belum ada dalam daftar pustaka

 user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

 user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

 user artikelnya

 user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

April 23, 2018

1

Activate V

dewasa, kemampuan intelektual, produktivitas ekonomi, performa reproduksi, dan meningkatnya risiko penyakit metabolik dan kardiovaskular.”

Upaya yang cukup penting dalam meningkatkan sumber daya manusia adalah peningkatan status gizi masyarakat, karena status gizi adalah salah satu faktor yang mencantumkan kualitas hidup seseorang. Rahim Fitri (2014) menjelaskan, “Gizi adalah salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi individu atau masyarakat, dan karenanya merupakan issue fundamental dalam kesehatan masyarakat”. Emerson, 2005; Mendez, 2005 menyebutkan dalam Merita (2017) bahwa “Perbaikan nutrisi terkait dengan keberadaan penyakit menular dan kemampuan untuk menyediakan makanan di tingkat keluarga” dikutip dalam jurnal Kusnawati Erna (2017). Malnutrisi umumnya diasumsikan hanya karena kemiskinan, tetapi data dari studi di berbagai negara menyatakan kecuali dalam kasus kelaparan, ketersediaan pangan bukan satu-satunya penyebab (World Bank, 2006).

Setyawati Vilda (2105) menyebutkan status gizi digunakan untuk menetapkan keseimbangan gizi. Status gizi dipengaruhi oleh alam, sosial, dan faktor tidak langsung (Okta Woro, 2014). Sunita Almatier (2004) dalam jurnal Ferida Putri (2012) menjelaskan bahwa status gizi adalah keadaan tubuh diakibatkan dari konsumsi zat gizi, penyerapan zat gizi dan penggunaan zat-zat gizi tersebut. Gizi dan kebugaran jasmani berperan penting dalam mendukung kesehatan manusia, tingkat kesehatan yang baik akan mendukung terbentuknya sumber daya manusia yang berkualitas dan sumber daya manusia yang berkualitas akan mendukung pembangunan dalam berbagai bidang kehidupan manusia.

Peningkatan morbiditas dan mortalitas diakibatkan faktor malnutrisi dan kekurangan gizi berhubungan dengan banyak penyakit infeksi (Okta Woro, 2014). Asupan gizi kurang dan penyakit infeksi adalah faktor langsung penyebab gizi kurang, sedangkan persediaan pangan, pola asuh, sanitasi, sumber air bersih dan pelayanan kesehatan adalah faktor tak langsung. Permasalahan gizi dapat diselesaikan dalam waktu yang singkat. Pemilihan bahan makanan adalah penting dan untuk mengetahui status gizi dan kebugaran jasmani seseorang maka perlu berkala dilakukan tes dan pengukuran keduanya (Budiono Irwan, 2010).

Djoko Pekik Irianto (2005) menyatakan bahwa seorang dikategorikan memiliki derajat kebugaran jasmani (*Fitness*) yang baik apabila memiliki kemampuan untuk dapat melakukan pekerjaan sehari-hari secara efisien tanpa kelelahan yang berlebih dan dapat menikmati waktu luangnya. Sedangkan orang dikategorikan sehat apabila bebas penyakit, sehingga dapat disimpulkan bahwa kesehatan dan kebugaran merupakan dua kondisi yang diperlukan setiap orang agar dapat menikmati hidup.

user ??

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user 880

user perbaikan kalimatnya

user ditulis kembali dalam bahasa penulis saja, agar tidak terlalu banyak mengutip

user ditulis kembali dalam bahasa penulis saja, agar tidak terlalu banyak mengutip

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

kegiatan full day school sehingga tumpukan aktivitas fisik yang dilakukan oleh siswa kelas IV, V dan VI intensitasnya sangat padat sehingga membutuhkan kecukupan gizi dan kebugaran jasmani yang baik. Banyak siswa yang cepat mengalami kelelahan saat mengikuti pembelajaran baik mata pelajaran umum maupun penjasorkes di lapangan. Engkos Kosasi (1985) menyatakan kesegaran jasmani bagi pelajar adalah untuk mempertinggi kemampuan dan kemauan belajar, sehingga dengan kesegaran jasmani yang baik, diharapkan dapat meningkatkan prestasi belajar siswa.

Dalam penelitian ini obyek yang diteliti siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan, karena anak pada usia anak kelas V merupakan usia dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Siswa mempunyai aktifitas tubuh yang berbeda-beda, pada usia pendidikan dasar siswa cenderung aktif dalam melakukan kegiatan. Belum diketahuinya status gizi dan tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Tunas Harapan merupakan hal yang begitu penting untuk diteliti. Oleh karena itu berdasarkan kenyataan yang ada dipandang perlu untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Status Gizi Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif artinya pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait dengan fenomena, kondisi, atau variabel tertentu dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis (Maksum, 2009).

Penelitian ini, penulis ingin menggambarkan data mengenai status gizi dan kebugaran jasmani siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang.

Populasi penelitian ini adalah Siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Merupakan kelas yang memiliki jumlah kelas sebanyak 4 kelas dengan jumlah siswa totalnya 120 anak. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik random sampling, pengambilan anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Jadi secara praktisnya 120 anak diundi secara acak, dan yang mendapatkan undian sebanyak 30 anak menjadi sampel penelitian.

Peneliti mempertimbangan bahwa anak usia sekolah dasar kelas V mempunyai usia paling tinggi diantara anak usia sekolah dasar kelas lain selain kelas VI yang tidak mendapat perijinan karena harus fokus ke persiapan ujian nasional.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa macam tes yang akan dilakukan untuk mengambil data dari Siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Langkah awal sebelum

user sebutkan nama akhir saja, jika penulis artikel lebih dari 2 maka ditulis et al.

user satu paragraf minimal terdiri dari 2 kalimat

user mempertimbangkan

4 1 3 1 2 1 1 1 1 1 1 1 1 2 1 3 1 4 1 5 1 6 1 7 1 8 1 9 1 10 1 11 1 12 1 13 1 1 15 1 16 1 1

kondisi, atau variabel tertentu dan tidak dimasukkan untuk melakukan pengujian hipotesis (Maksum, 2009).

Penelitian ini, penulis ingin menggambarkan data mengenai status gizi dan kebugaran jasmani siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang.

Populasi penelitian ini adalah Siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Merupakan kelas yang memiliki jumlah kelas sebanyak 4 kelas dengan jumlah siswa totalnya 120 anak. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik random sampling, pengambilan anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Jadi secara praktisnya 120 anak diundi secara acak, dan yang mendapatkan undian sebanyak 30 anak menjadi sampel penelitian.

Peneliti mempertimbangkan bahwa anak usia sekolah dasar kelas V mempunyai usia paling tinggi diantara anak usia sekolah dasar kelas lain selain kelas VI yang tidak mendapat perijinan karena harus fokus ke persiapan ujian nasional.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa macam tes yang akan dilakukan untuk mengambil data dari Siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Langkah awal sebelum melakukan penelitian adalah melakukan studi pendahuluan, dengan tujuan mengetahui kondisi di lapangan yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian. Dalam studi pendahuluan kegiatan yang dilakukan adalah:

1. Menentukan sasaran penelitian siswa kelas V di Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang.
2. Memberikan informasi pada sasaran penelitian, tentang kegiatan yang dilakukan berkaitan dengan penelitian.

Langkah selanjutnya adalah mempersiapkan instrument penelitian, meliputi : Alat pengukur tinggi badan, ATK (alat tulis kantor), dan tempat sesuai instrumen penelitian.

user
satu paragraf minimal terdiri dari 2 kalimat

user
memperjelas

user
dibahas

4 1 3 1 2 1 1 1 1 1 1 1 1 2 1 3 1 4 1 5 1 6 1 7 1 8 1 9 1 10 1 11 1 12 1 13 1 1 15 1 16 1 1

perhitungan untuk melakukan perhitungan, selanjutnya mengkategorikan masing- masing variabel menurut criteria dan rujukan. Setelah semua data sudah dimasukkan dan dikategorikan selanjutnya langkah berikutnya dengan perhitungan rata-rata, standar deviasi dan presentase dari masing-masing kriteria. Berikutnya akan dijelaskan deskripsi data dari pada hasil perhitungan masing-masing variabel.

Tabel 1.
Karakteristik Umum Responden

JENIS KELAMIN	UMUR RATA -RATA
Laki-laki : 16	10 tahun 6 bulan
Perempuan : 14	
Total : 30	

(Sumber: Penelitian 2018)

user
judul tabel ditulis dikiri atas, tidak diletakkan secara center

user
sumber
Sumber: Data Primer, 2018

Tabel 2.

Klasifikasi Rata-rata Status Gizi

No	Status Gizi	Jumlah siswa	Nilai Rata-rata	Median	Presentase (%)
1	Normal	26	-0,55	-0,66	86,67%
2	Obesitas	4	3,93	3,62	13,33%
Jumlah					100%

(Sumber: Penelitian 2018)

Didiskripsikan bahwa sebagian besar kriteria status gizi siswa dan siswi Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah normal, dengan jumlah siswa sebanyak 26, presentase 86,67%. Kriteria Obesitas dengan jumlah siswa sebanyak 4, presentase 13,33%.

user judul tabel ditulis dikiri atas, tidak diletakkan secara center

user penulisan sumber

Sumber: Data Primer, 2018

Tabel 3.

Klasifikasi Rata-rata kebugaran jasmani

No	Kebugaran Jasmani	Jumlah siswa	Presentase (%)
1.	Baik sekali	3	10%
2.	Baik	6	20%
3.	Sedang	17	56,67%
4.	Kurang	4	13,33%
Jumlah			100%

(Sumber: Penelitian 2018)

Tabel menunjukkan sebagian besar criteria tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah kriteria Baik Sekali (BS) dengan jumlah 3 siswa, dan nilai presentase keseluruhan 10%. Untuk Baik (B) dengan jumlah 6 siswa, dan presentase keseluruhan 20%. Kriteria sedang (S) dengan jumlah 17 siswa, dan nilai presentase keseluruhan 5,67%. Kurang (K) dengan jumlah 4 siswa, dan nilai presentase keseluruhan 13,33%

user judul tabel ditulis dikiri atas, tidak diletakkan secara center

user penulisan sumber

Sumber: Data Primer, 2018

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan, dari data tersebut di ketahui bahwa status gizi adalah normal dengan jumlah 26 siswa dan obesitas dengan jumlah 4 siswa, maka dapat di asumsikan bahwa siswa-siswi yang mendapatkan predikat status gizi normal adalah siswa-siswi yang

Makanan yang sehat dan seimbang. Gizi seimbang merupakan makanan yang dikonsumsi individu dalam satu hari yang beraneka ragam dan mengandung zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur sesuai dengan kebutuhan tubuhnya (Paath dkk, 2005).

Hasil sedang yang didapat dalam Tes Kebugaran Jasmani Indonesia oleh siswa-siswi Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan tidak lepas dari bagaimana siswa-siswi melakukan aktifitas fisik baik di luar maupun di dalam jam pelajaran, banyak sedikitnya kegiatan fisik sangat mempengaruhi semua komponen kebugaran jasmani juga bertambahnya jam mata pelajaran pendidikan jasmani yang awal mula 2 jam pelajaran menjadi 4 jam pelajaran. Begitu pula dengan kebiasaan olahraga, kebiasaan olahraga adalah salah satu cara untuk meningkatkan kebugaran jasmani (Nurhasan dkk, 2005).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan yang diambil adalah bahwa status gizi siswa kelas V Sekolah Dasar Tunas Harapan Semarang sebagian besar pada status gizi normal 26 siswa (86,67%), obesitas sejumlah 4 siswa (13,33%). Sedangkan tingkat kebugaran jasmaninya 3 siswa criteria baik sekali (10%), 6 siswa criteria baik 20%, 17 siswa criteria sedang (56,7%), dan 4 siswa criteria kurang (13,33%).

Disarankan pemantauan status gizi harus dilakukan tidak hanya di sekolah, tetapi sosialisasi di luar sekolah guna mendapatkan pengertian dan pengetahuan gizi yang lebih baik. Untuk mendapatkan kebugaran jasmani yang maksimal sekolah harusnya melakukan pemograman dan pemantauan mengenai kebugaran jasmani yang dilakukan secara bertahap dari proses perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan sarana prasana.


REFERENSI

Andriani Elisa P, Sofwan I. 2012. Determinan status gizi pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Kemas*, 7 (2): 122-126

Barbara Sassen. 2009. Physical fitness matters more than physical activity in controlling cardiovascular disease risk factors. *European Journal of Preventive Cardiology* December, 16(6):677-683


Depkes RI. 2005. Pedoman Perbaikan Gizi Anak Sekolah Dasar, dan Madrasah Ibtidaiyah. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat

Dewantari NM. Peran gizi dalam kesehatan reproduksi. *Jurnal Skala Husada* 2013;10(2):219-24.

 **user**
Tambahkan Pembahasan dari artikel-artikel Jurnal pada penelitian sejenis yang telah dilakukan.

 **user**
Saran seharusnya berhubungan dengan hasil penelitian

 **user**
?

 **user**
Penulisan nama jurnal seharusnya italic (cetak miring)
Daftar Pustaka lain yang dari artikel Jurnal silahkan disesuaikan

 **user**
Belum dikutip dalam naskah


 **user**
Belum dirujuk dalam naskah

 **user**
Belum ada dalam naskah

Dewi ES, Kartasurya MI, dan Sriatmi Ayun. 2015. Analisis Implementasi Pelayanan Gizi di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 3 (2): 91-8

 user


Dispora Jatim. 2005. Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJJ). Surabaya

 user
Belum ada dalam naskah


Djamiluddin M, Prawirohartono EP, Paramastri I. 2005. Analisis Zat Gizi dan Biaya Sisa Makanan pada Pasien dengan Makanan Biasa. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 1: 108-12

 user

Eko Haris Adrianto. 2010. Hubungan Antara Tingkat Kesegaran Jasmani Dan Status Gizi Dengan Produktivitas Kerja Pekerja Penyadap Karet Di Unit Plantukan Blabak PT. Perkebunan Nusantara IX Boja Kabupaten Kendal *Jurnal Kemas*, 5 (2) :145-150

 user
Belum ada dalam naskah

Evi Lutviana, Budiono Irwan. 2010. Prevalensi Dan Determinan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita (Studi Kasus Pada Keluarga Nelayan Di Desa Bajumulyo Kecamatan Juwana Kabupaten Pati). *Jurnal Kemas*, 5 (2): 165-172

 user
Belum ada dalam naskah

Froberg and Andersen. 2005. Mini Review: Physical activity and fitness and its relations to cardiovascular disease risk factors in children. *International Journal of Obesity*, 29: S34-S39


 user
Belum dirujuk dalam naskah

Hariyadi D, Ekayanti I. Analisis pengaruh perilaku keluarga sadar gizi terhadap stunting di Provinsi Kalimantan Barat. *Jurnal Teknologi dan Kejuruan*. 2010; 34(1): 71-80.


 user
Belum dirujuk dalam naskah

Handayani, O. W., & Prameswari, G. N. 2012. Daerah Positive Deviance sebagai Rekomendasi Model Perbaikan Gizi. *Jurnal Kemas*, 7 (2) : 102-109.


Hidayat TS, Jahari AB. Perilaku pemanfaatan posyandu hubungannya dengan status gizi dan morbiditas balita. *Buletin Penelitian Kesehatan*. 2012; 40(1): 1-10.

 user
Belum dirujuk dalam naskah

Irawati A, Triwinarto A, Salimar, Raswanti I. Pengaruh status gizi ibu selama kehamilan dan menyusui terhadap keberhasilan pemberian ASI. *Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan*. 2003; 26 (2): 10-9.

 user
Belum dirujuk dalam naskah

JE. Siza. 2008. Risk factors associated with low birthweight of neonates pregnant women attending a referral hospital in northern Tanzania. *Tanzania Journal of Health Research*, 10(1)

 user
Mohon seluruh daftar pustaka yang tercantum disini harus juga dirujuk dalam naskah ataupun sebaliknya, sumber rujukan yang ada di naskah harus juga tercantum di daftar pustaka.

Kementerian kesehatan RI, 2011. SK Permenkes tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak.

Terima kasih

Lenters LM, Wazny K, Webb Pa, Ahmed T, Bhutta ZA. Treatment of severe and moderate acute malnutrition in low and middle income settings: a systematic review, meta-analysis and Delphi process. *BMC Public Health*, 2013; 13 (Suppl 3): S23

Luisa, F., Elliott, M.N., Paula, C. 2009. Influences of Physical, and Social Neighborhood Environments on Childrens Physical Activity, and Obesity. *American Journal*

Rahim Fitri K. 2014. Faktor Resiko Underweight Balita Umur 7-59 Bulan. *Jurnal Kemas* 9(2): 115-121

Rina R. Oktia Woro. 2008. Kebiasaan Makan Fast Food, Konsumsi Serat Dan Status Obesitas Pada Remaja Putri. *Jurnal Kemas*, 3 (2): 185 - 195.

Roxane R. 2008. Rural-Urban Differences in Physical Activity, Physical Fitness, and Overweight Prevalence of Children. *The Journal of Rural Health*, 24(1): 49-54

Stefane M Kabene, et.al. 2006. The Importance of Human Resources Management in Health Care: A Global Next. *Human Resources For Health* 4(20): 1-17.

Sugiyono. 2008. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.

Supariasa, Dkk. 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Tes dan Pengukuran Penjas. Surabaya: (www.kunjungashadi.wordpress.com)

Utami Sri R. 2012. Nutrition Status, Physical Fitness and Work Productivity on Woman Labor. *Jurnal KEMAS* 8 (1): 74-80.

Catatan:

1. Sumber pustaka minimal 80% adalah dari artikel Jurnal.
2. Sumber pustaka minimal 90% harus terbitan 10 tahun terakhir.
3. Perbaiki Penulisan sumber pustaka.

Terima kasih

Act
Go to

1	Normal	26	-0,55	-0,66	86,67%
2	Obesitas	4	3,93	3,62	13,33%
Jumlah					100%

(Sumber: Data Primer, 2018)

Didiskripsikan bahwa sebagian besar criteria status gizi siswa dan siswi Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah normal, dengan jumlah siswa sebanyak 26, prosentase 86,67%. Kriteria Obesitas dengan jumlah siswa sebanyak 4, prosentase 13,33%.

Tabel 3. Klasifikasi Rata-rata Kebugaran Jasmani

No	Kebugaran Jasmani	Jumlah siswa	Prosentase (%)
1.	Baiksekali	3	10%
2.	Baik	6	20%
3.	Sedang	17	56,67%
4.	Kurang	4	13,33%
Jumlah			100%

(Sumber: Data Primer 2018)

Tabel menunjukkan sebagian besar criteria tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan adalah kriteria Baik Sekali (BS) dengan jumlah 3 siswa, dan nilai prosentase keseluruhan 10%. Untuk Baik (B) dengan jumlah 6 siswa, dan prosentase keseluruhan 20%. Kriteria sedang (S) dengan jumlah 17 siswa, dan nilai prosentase keseluruhan 5,67%. Kurang (K) dengan jumlah 4 siswa, dan nilai prosentase keseluruhan 13,33%.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas V Sekolah Dasar Islam Tunas Harapan, dari data tersebut di ketahui bahwa status gizi adalah normal dengan

REVIEW TANGGAL 06 JULI 2018

4 . . . 3 . . . 2 . . . 1 . . . 1 . . . 1 . . . 2 . . . 3 . . . 4 . . . 5 . . . 6 . . . 7 . . . 8 . . . 9 . . . 10 . . . 11 . . . 12 . . . 13 . . . 1 . . . 15 . . . 16 . . .

tepat dapat meningkatkan kebugaran jasmani (Rahim, 2014).

Annas (2011) menyebutkan bahwa pembangunan nasional memerlukan kuantitas Sumber Daya Manusia (SDM) untuk melaksanakannya. Selain itu, pemerintah memberikan prioritas yang tinggi pada peningkatan gizi masyarakat, serta pencegahan penyakit dalam rangka meningkatkan sumber daya manusia dan kehidupannya.

“Status gizi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi produktivitas kerja”. Utami (2012) dalam artikelnya menyebutkan perbaikan gizi diperlukan pada seluruh siklus kehidupan, mulai sejak masa kehamilan, bayi dan anak balita, pra sekolah, anak SD dan MI, remaja dan dewasa sampai usia lanjut. Rahmadini (2013) menyebutkan “dampak yang ditimbulkan akibat kurang gizi pada balita dibedakan menjadi dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek meliputi kesakitan, ketidakmampuan, dan kematian. Dampak jangka panjang meliputi menurunnya ukuran tubuh saat dewasa,

April 23, 2018

1

user Juli 06, 2018
Cantumkan sumber kutipan

user Juli 06, 2018
Ditulis dengan bahasa atau kata kata sendiri saja

kemampuan intelektual, produktivitas ekonomi, performa reproduksi, dan meningkatnya risiko penyakit metabolik dan kardiovaskular.”

Upaya yang cukup penting dalam meningkatkan sumber daya manusia adalah meningkatkan status gizi masyarakat, karena status gizi adalah salah satu faktor yang menentukan kualitas hidup seseorang. Rahim (2014) menjelaskan, “Gizi adalah salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi individu atau masyarakat, dan karenanya merupakan issue fundamental dalam kesehatan masyarakat”. Merita (2017) menjelaskan bahwa penyakit menular dan penyediaan makanan sangat terkait dengan hal perbaikan nutrisi pada sebuah keluarga. Kusunawati (2017) menyebutkan dalam artikelnya ketersediaan pangan bukan satu-

Acti
Go to

4 . . . 3 . . . 2 . . . 1 . . . 1 . . . 1 . . . 2 . . . 3 . . . 4 . . . 5 . . . 6 . . . 7 . . . 8 . . . 9 . . . 10 . . . 11 . . . 12 . . . 13 . . . 1 . . . 15 . . . 16 . . .

juga bertambahnya jam mata pelajaran pendidikan jasmani yang awal mula 2 jam pelajaran menjadi 4 jam pelajaran. Begitu pula dengan kebiasaan olahraga, kebiasaan olahraga adalah salah satu cara untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

PENELITIAN YANG RELEVAN

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teoritik yang dikemukakan sehingga dapat dipergunakan sebagai landasan untuk kajian hipotesis. Hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh:

1. Denny Mahendra Kushendar (2010) dengan judul “Hubungan Antara Kebugaran Jasmani dan Kecerdasan dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas VIII di SMP N 1 Kedungreja Cilacap”. Penelitian tersebut merupakan penelitian deskripsi korelasi yang menggunakan metode survai dengan instrumen tes untuk mengukur kebugaran jasmani dan dokumentasi untuk mengetahui kecerdasan dan prestasi belajar siswa. Penelitian tersebut menggunakan sampel sebanyak 72 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kedungreja Cilacap. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kebugaran jasmani dengan prestasi belajar karena nilai r hitung (0,593) > nilai r tabel (0,235), ada hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan dengan prestasi belajar karena nilai r hitung (0,774) > nilai r tabel (0,235), dan ada hubungan yang positif dan signifikan secara bersama-sama antara kebugaran jasmani dan kecerdasan terhadap prestasi belajar karena nilai r hitung (0,807) > nilai r tabel (0,235). Sedangkan besarnya sumbangan efektif variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 65,10 %, dengan rincian variabel kebugaran jasmani memberikan sumbangan efektif sebesar 11,11 %, variabel kecerdasan memberikan sumbangan efektif sebesar 53,99 %, dan sisanya sebesar 34,90 % diberikan oleh faktor lain.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Nur Wahyuni, (2010), dengan judul “Status Gizi Siswa Kelas Atas SD Negeri di Gugus Cempaka Kecamatan Pejagoan Kabupaten Kebumen”. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik pengukuran. Instrumen yang digunakan untuk penelitian ini adalah pengukuran tinggi badan (stadiometer) dan alat pengukur berat badan (sanidata). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi Sekolah Dasar Negeri di Gugus Cempaka Kecamatan Pejagoan Kabupaten Kebumen yang terdiri dari empat sekolah dasar dengan jumlah 131 siswa. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan dari 131 siswa, sebanyak 81 (61,83) siswa berkategori normal, 1 (0,76) siswa berkategori resiko untuk gemuk, 1 (0,76) siswa berkategori gemuk, dan 48 (36,64) siswa berkategori kurus.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Supriyati. (2010), dengan judul “Tingkat

user Juli 06, 2018
Dirangkai seperti layaknya pembahasan/ diskusi dalam artikel jurnal/ artikel ilmiah yang telah diterbitkan, tidak hanya kopi paste dari abstrak penelitian terdahulu.

Acti
Go to