

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan di Indonesia harus dilakukan secara terencana, tertib dan berkesinambungan serta terus menerus. Dalam upaya mencapai tujuan pembangunan nasional tersebut, pemerintah harus memperhatikan kesehatan masyarakat khususnya generasi muda sebagai generasi penerus bangsa yaitu dengan memperhatikan kesegaran jasmani dan pola menu sehat sehari – hari.

Kesegaran jasmani pada khususnya dan olahraga pada umumnya, yang dilakukan secara teratur, memang dapat membuat seseorang menjadi sehat. Namun kegiatan jasmani ini harus diimbangi dengan konsumsi gizi yang cukup dan seimbang, aktivitas yang tinggi tanpa didukung gizi yang cukup dapat mengancam kesehatan (dapat membuat fisik menjadi lemah). Jadi tubuh yang melakukan kerja yang ekstra berat, sedangkan cadangan gizi yang kurang, mengakibatkan berat badan menurun dari standard yang sebenarnya.

Kesahatan jasmani dan rohani bagi mereka yang sedang menuntut ilmu (pelajar dan mahasiswa), adanya suatu upaya untuk dapat menerima dan menyerap pendidikan secara optimal. Jasmani dan rohani yang tidak sehat ditandai dengan adanya gangguan pada kerja bagian tubuh dan hal ini dapat menghambat pada saat proses belajar mengajar, seseorang siswa yang kurang sehat, mungkin terpaksa banyak libur dari sekolah, walaupun ia memaksakan dirinya juga untuk ke sekolah, ia tidak akan dapat menyerap pelajaran dengan baik. Mengingat pentingnya kesehatan dalam keberhasilan pembangunan, sudah seharusnya kesehatan masyarakat, termasuk generasi muda

mendapat perhatian sejak dini dengan kesehatan ini mungkin generasi muda atau pelajar dapat mengikuti pendidikan secara optimal. Kenyataan ini menunjukkan bahwa dalam pembinaan dan pemeliharaan kesehatan, gizi merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan. Salah satu ukuran peningkatan kualitas sumber daya manusia adalah perbaikan kualitas fisik manusia. Gangguan pertumbuhan yang di alami sewaktu kecil sampai dewasa muda sebagai akibat dari berbagai penyakit dan gangguan gizi akan tercermin pada ukuran tubuh seseorang.

Berdasarkan uraian diatas dapat di simpulkan bahwa dengan tingkat kesegaran jasmani yang baik dan gizi yang baik pula para siswa-siswi akan kelihatan bergairah dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan – kegiatan sekolah terutama dalam hal berolahraga. Dengan demikian siswa siswi yang bersungguh sungguh dan bersemangat dalam berolahraga dan belajar yang telah didukung oleh kesegaran jasmani dan gizi yang baik maka hasil yang diraihny akan maksimal atau menjadi lebih baik.

Menurut pengamatan penulis setelah mengadakan observasi pada tanggal 14 September 2013, di SD Negeri 068474 Medan, penulis melihat bahwa siswa-siswi di sekolah itu kebanyakan tidak semangat untuk mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dan pelajaran lain, hal ini diduga karena status gizi dan kesegaran jasmani yang ada pada diri siswa-siswi kurang baik, sehingga pada diri siswa-siswi terdapat perasaan malas dalam mengikuti pelajaran terutama dalam pendidikan jasmani.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti merasa tertarik untuk mengetahui Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Siswa SD Negeri 068474 Medan JL.Tanggung Damai Blok III Griya Martubung Kel. Besar Kec. Medan Labuhan Tahun Ajaran 2013/2014.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang timbul antara lain: Apakah pembelajaran pendidikan jasmani sudah sepenuhnya dilaksanakan sesuai dengan kurikulum ? , Apakah guru penjas mampu menumbuh kembangkan potensi kebugaran jasmani siswa ?, Apakah sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani sudah sepenuhnya dimanfaatkan oleh guru?, Apakah gizi itu?, Sejauh mana kebugaran jasmani dan status gizi siswa terhadap aktivitas kegiatan belajar mengajar siswa ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan beberapa masalah yang dapat diidentifikasi, maka peneliti membatasi masalah yang ada yaitu, Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Siswa SD Negeri 068474 Medan Jl. Tangguk Damai Blok III Griya Martubuug Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan Tahun Ajaran 2013/2014.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimana Tingkat Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Siswa SD Negeri 068474 Medan Jl. Tangguk Damai Blok III Griya Martubuug Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan Tahun Ajaran 2013/2014.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat kebugaran Jasmani dan Status gizi Siswa SD Negeri 068474 Medan JL. Tangguk Damai Blok III

Griya Martubuug Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan Tahun Ajaran 2013/2014.

F. Manfaat Penelitian

1. Adanya data tentang Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Siswa SD Negeri 068474 Medan JL. Tangguk Damai Blok III Griya Martubung Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan Tahun Ajaran 2013/2014.
2. Menjadi bahan masukan bagi peneliti, siswa dan guru dalam upaya membina dan meningkatkan kebugaran jasmani dan status gizi siswa.
3. Menjadi bahan masukan bagi orang tua siswa untuk memperhatikan kebugaran jasmani dan status gizi siswa.

THE
Character Building
UNIVERSITY