



---

**KONTRIBUSI STATUS GIZI DAN KEMAMPUAN MOTORIK  
TERHADAP KESEGERAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR  
NEGERI 82 KOTA BENGKULU**

*Contribution Of Nutritional Status And Motor Ability Towards The Physical Fitness  
Of Students Of State Elementary School 82 Bengkulu City*

**Adam Hidayat<sup>1</sup>, Yarmani<sup>2</sup>, Bogy Restu Ilahi<sup>3</sup>, Andes Permadi<sup>4</sup>, Oddie  
Barnanda Rizky<sup>5</sup>**

<sup>12345</sup>*Pendidikan Jasmani/Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, Jl. WR.  
Supratman, Kandang Limun, Kec. Muara Bangka Hulu, Sumatera, Bengkulu 38371, Indonesia*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk 1) Untuk Mengetahui Kontribusi Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu. 2) Untuk mengetahui Kontribusi Kemampuan Motorik terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu. 3) Untuk mengetahui Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Motorik Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu. Jenis penelitian adalah penelitian observasional dengan pendekatan korelasi. Populasi penelitian adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrument yang digunakan adalah Status Gizi dengan (IMT/U), Kemampuan Motorik dengan tes kemampuan motorik, dan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia untuk mengukur kesegaran jasmani siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi dan regresi sederhana serta ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu memberikan kontribusi sebesar 82,81%. 2) Kemampuan Motorik terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu memberikan kontribusi sebesar 92,16%. 3) Status Gizi dan Kemampuan Motorik terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar memberikan kontribusi sebesar 86,49%. Dengan demikian terdapat kontribusi yang signifikan antara Status Gizi dan Kemampuan Motorik secara bersama-sama terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu.

**Kata kunci:** Kemampuan Motorik, Kesegaran Jasmani dan Status Gizi

**Abstract**

*This study aims to 1) Determine the Contribution of Nutritional Status to the Physical Fitness of Elementary School Students 82 Bengkulu City. 2) Determine the Contribution of Motor Ability to the Physical Fitness of Elementary School Students 82 Bengkulu City. 3) Determine the Contribution of Nutritional Status and Motor Ability to the Physical Fitness of Elementary School Students 82 Bengkulu City. The type of research is observational research with a correlation approach. The population of the study was all students of Elementary School 82 Bengkulu City. The sampling technique in this study used the Purposive Sampling technique. The instruments used were Nutritional Status with (BMI/U), Motor Ability with a motor ability test, and the Indonesian Physical Fitness Test to measure students' physical fitness. The data analysis techniques used were correlation analysis and simple and multiple regression. The results of the study showed that: 1) Nutritional Status to the Physical Fitness of Elementary School Students 82 Bengkulu City contributed 82.81%. 2) Motor Ability to Physical Fitness of Elementary School Students 82 Bengkulu City contributes 92.16%. 3) Nutritional Status and Motor Ability to Physical Fitness of Elementary School Students contributes 86.49%. Thus, there is a significant contribution between Nutritional Status and Motor Ability together to Physical Fitness of Elementary School Students 82 Bengkulu City.*

**Keywords:** Motor Ability, Physical Fitness and Nutritional Stat

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu faktor utama untuk mewujudkan perilaku dan watak seseorang demi menjadi cerdas, cekatan, gesit, berintelektual, dan beriman bertaqwa kepada Tuhan yang maha esa., berakhlak mulia, sehat secara jasmani dan rohani yang diterapkan baik itu di berbagai lingkungan sekolah maupun di tempat tinggal serta dimana pun berada. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat mencapai kesehatan serta tujuan pendidikan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Nopiyanto, 2019) Selain itu, Pendidikan adalah proses pembelajaran dan pengajaran yang dirancang untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, nilai, dan sikap individu. Pendidikan mencakup berbagai aspek yang melibatkan tidak hanya penyampaian informasi tetapi juga pembentukan karakter dan kemampuan berpikir kritis.

Menurut Supariassa Bakri dan Fajar, (2016). Dilihat dari berbagai hal, status gizi seorang anak dapat ditentukan oleh berat badan, tinggi badan, dan kondisi kesehatannya secara umum, serta tingkat keberhasilannya dalam memenuhi kebutuhannya sendiri. Definisi status gizi mencakup keseimbangan antara masukan nutrisi dari makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan nutrisi tubuh untuk berfungsi dengan baik dan menjaga kesehatan.

Siswa sekolah dasar membutuhkan aktivitas fisik yang perlu di tingkatkan melalui olahraga yang dapat meningkatkan kesegaran jasmani untuk itu, Kesegaran jasmani memainkan peran penting dalam kehidupan setiap siswa, karena berkontribusi langsung terhadap pencapaian dan peningkatan ketangkasan, kesanggupan, serta kemampuan belajar yang maksimal. Penting untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran tubuh, teratur dan aktivitas sehari-hari. Kegiatan yang ditujukan pada pendidikan kesehatan dan kesejahteraan mungkin mempunyai dampak yang signifikan terhadap siswa, terutama di lingkungan sekolah. Dalam sistem pendidikan sekolah mana pun, studi tentang kesehatan dan kesejahteraan memiliki peran yang sangat penting. Pendidikan kesehatan dan kesejahteraan tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik siswa, namun juga

berkontribusi terhadap perkembangan holistik mereka. Penyelenggaraan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan investasi jangka panjang dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia Indonesia (Yarmani, dkk 2017)

Menurut (Eko Nopiyanto et al., 2023) kesegaran jasmani merupakan level keadaan dimana seseorang mampu melakukan segala aktivitas dalam hidupnya tanpa mengalami kekurangan energi yang menagalami kelelahan. Kesegaran jasmani memang menjadi modal utama bagi semua kalangan kehidupan manusia, termasuk olahragawan. Kesegaran jasmani yang tinggi penting bagi olahragawan untuk mencapai performa terbaik dalam kompetisi. Menurut Widiastuti, (2017) kesegaran jasmani adalah komponen fisik menyeluruh yang memungkinkan seseorang menjalani kehidupan produktif dan memenuhi berbagai tuntutan fisik.

Menurut Kamaruddin, (2019) kemampuan motorik merupakan kesatuan utuh yang terdiri dari berbagai komponen yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan secara individual. Jadi, Motor ability (kemampuan motorik) mengacu pada kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan fisik dengan efisien dan efektif. Faktor genetik, pengalaman motorik sebelumnya, dan pembelajaran yang terjadi selama masa kanak-kanak dan masa pertumbuhan memengaruhi kemampuan motorik. Istilah lainnya meliputi kecepatan, tenaga, daya tahan, koordinasi mata-tangan dan mata-kaki, kelincahan, dan kelentukan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan penelitian observasional dengan pendekatan korelasional yaitu suatu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan yang kuat antara dua variabel atau lebih variabel yang telah ditetapkan, berdasarkan kepada besarnya koefisien korelasi. Menurut Sukardi, (2021) tujuan penelitian korelasional adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih spesifiknya ada tidaknya sampel data.

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 82 Kota Bengkulu. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 8 april sampai 8 maret 2024. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa SD Negeri 82 Kota Bengkulu yang berjumlah 534. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Porpusive Sampling*. Jadi, sampel yang diambil adalah siswa putera kelas 4 dan 5. Hal ini disebabkan oleh perbedaan

kemampuan siswa perempuan dan laki-laki dan sampel yang diambil berjumlah 32 siswa.

Untuk mengukur Status Gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh berdasarkan usia (IMT/U). Tes Kemampuan Motorik untuk mengukur dari keempat tes yaitu lari 30 meter, shuttle run 4 x 10 meter, tes keseimbangan, dan Lempar tangkap bola dari ke empat tes perlu disamakan satuannya dengan T-score. Dan untuk mengukur Kesegaran Jasmani menggunakan Tes Kesegaran jasmani Indonesia (TKJI) usia 10-12 tahun.

Teknik analisis data yaitu deskriptif kuantitatif untuk menguji korelasi sederhana dan ganda. Sebelum melakukan analisis, dilakukan uji persyaratan analisis yaitu 1) Uji normalitas untuk menentukan apakah data tersebut berdistribusi normal uji yang digunakan uji liliefors. 2) Uji homogenitas menggunakan uji varians dengan uji Barlett. 3) Uji linearitas regresi sederhana untuk menguji variabel X dengan Y 4) Uji korelasi sederhana dan ganda digunakan untuk mengetahui kontribusi status gizi dan kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu.

## **HASIL**

Hasil penelitian dipaparkan dengan deskripsi data dengan hasil perhitungan. Data penelitian ini terdiri dari variabel bebas Status Gizi ( $X_1$ ), dan Kemampuan Motorik ( $X_2$ ), kesegaran jasmani (Y) sebagai variabel terikat. Untuk lebih jelas data deskripsi hasil pengukuran yang telah dilakukan sebagai berikut:

Status Gizi Analisis variabel status gizi siswa, diperoleh rata – rata 17,23, standar deviasi 2,75, nilai tertinggi 23,07, dan nilai terendah 12,98. Distribusi frekuensi dapat digambarkan dalam Tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa ( $X_1$ )**

No.	Kategori Gizi	IMT	Frekuensi	
			Absolut	Relatif (%)
1.	Sangat Kurus	< -3 SD	0	0,00
2.	Kurus	-3 SD hingga < -2 SD	2	6,25
3.	Normal	-2 SD hingga 1 SD	25	78,12
4.	Gemuk	> 1 SD hingga 2	3	9,38
5.	Obesitas	2 > SD	2	6,25
Jumlah			32	100%

Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 2 orang (6,25%) berada di kategori kurus, sebanyak 25 orang (78,12%) berada di kategori normal, sebanyak 3 orang (9,38%) berada di kategori Gemuk, dan sebanyak 2 (6,25%) orang berada di kategori Obesitas.

Kemampuan Motorik Hasil perhitungan dari kemampuan motorik didapatkan rata-rata dari ke empat butir tes yang telah diubah menjadi T-Score. Nilai maksimumnya adalah 270 dan nilai terkecilnya adalah 112. Standar deviasi adalah 39,32 dan nilai rata-rata adalah 200. Distribusi frekuensi dapat digambarkan dalam Tabel di bawah ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik**

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentasi(%)
1	$x > 258$	Baik sekali	3	9,37
2	$219 < x < 257$	Baik	8	25
3	$179 < x < 218$	Sedang	12	37,5
4	$141 < x < 178$	Kurang	7	21,88
5	< 140	Kurang sekali	2	6,25
Jumlah			32	100%

Berdasarkan Tabel 2. terdapat 3 siswa pada kategori baik sekali dengan persentase (9,37%), 8 siswa pada kategori baik dengan persentase (25%), 12 siswa pada kategori sedang dengan persentase (37,5%), 7 siswa pada kategori kurang dengan persentase (21,88%), dan 2 siswa pada kategori kurang sekali dengan persentase (6,25%).

Kesegaran Jasmani Hasil perhitungan uji sampel kelompok menghasilkan hasil menunjukkan bahwa nilai tertingginya 22, nilai terendanya 8, rata-rata 15,75,

standar deviasi 2,81. Distribusi frekuensi kesegaran jasmani siswa ditunjukkan pada Tabel 3. :

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kesegaran Jasmani**

No.	Kategori	Kelas Interval	Frekuensi	
			Absolut	Relatif (%)
1.	Baik Sekali	22 – 25	2	6,25
2.	Baik	18 – 21	8	25
3.	Sedang	14 – 17	18	56,35
4.	Kurang	10 – 13	3	9,38
5.	Kurang Sekali	5 – 9	1	3,12
Jumlah			32	100%

Berdasarkan tabel 3. kategori “Baik Sekali” sebanyak 2 orang (6,25%), kategori “Baik” sebanyak 8 orang (25%), kategori “Sedang” sebanyak 18 orang (56,35%), dan kategori “kurang” sebanyak 3 orang (9,38%) pada kategori “Kurang sekali” sebanyak 1 orang (3,12%).

### **Pengujian Persyaratan Analisis**

#### **UJI NORMALITAS**

Uji Lilliefors dengan taraf nyata 0,05, bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal dengan menggunakan kriteria pengujian sebagai berikut:

**Tabel 4 Hasil Uji Normalitas dengan Uji Liliefors**

Persamaan Regresi	N	Lh	Lt	Kesimpulan
Y atas $X_1$	32	0,139	0,156	Normal
Y atas $X_2$	32	0,073	0,156	Normal

#### **UJI HOMOGENITAS VARIANS**

Uji Homogenitas Varians populasi dilakukan dalam konteks analisis korelasi dan regresi untuk memastikan bahwa varians dari variabel-variabel yang terlibat dalam analisis tersebut homogen. Uji menggunakan uji barlett dengan taraf signifikansi 0,05.

**Tabel 5 Hasil Uji Homogenitas varians dengan Uji Barlett**

Persamaan Regresi	$\chi^2$ hitung	$\chi^2$ tabel	Keterangan
Y atas $X_1$	6,69	33,92	Homogen
Y atas $X_2$	6,84	21,02	Homogen

Berdasarkan hasil perhitungan di atas ditemukan bahwa  $\chi^2$  hitung <  $\chi^2$  tabel. Dengan demikian, dengan menggunakan Uji Barlett, dapat disimpulkan bahwa setiap data variabel Y atas X memiliki varians homogen.

#### UJI LINEARITAS REGRESI

Tujuan dari uji linieritas adalah untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel Status Gizi dan Kemampuan Motorik dengan kesegaran jasmani dapat digambarkan sebagai garis lurus atau tidak.

**Tabel 6 Uji Linearitas Variabel Status Gizi ( $X_1$ ), Kemampuan Motorik ( $X_2$ ), terhadap Kesegaran Jasmani Siswa (Y)**

Variabel	$F_{hitung}$	$F_{tabel} = 0,05$	Kesimpulan
$X_1 - Y$	5,44	4,17	Linear
$X_2 - Y$	4,59	4,17	Linear

Berdasarkan hasil perhitungan di atas ditemukan bahwa  $F_{hitung} < F_{tabel}$ . demikian dapat disimpulkan bahwa semua data variabel Y atas X dengan menggunakan uji linearitas mempunyai data yang linear dengan demikian ( $H_0$ ) ditolak.

#### UJI KORELASI SEDERHANA DAN GANDA

Uji korelasi menggunakan *pearson product moment* dengan tingkat signifikasi 0,05  $\alpha$ . Status Gizi dan Kemampuan Motorik memberikan kontribusi yang berarti terhadap kesegaran jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu.

**Tabel 7 Uji Korelasi Sederhana dan Ganda  $X_1$  dan  $X_2$  dengan Y**

Korelasi Antara	Koefisien Korelasi	Koefisien Diterminasi	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Kesimpulan
$X_1 - Y$	0,91	82,81%	0,917	0,349	Signifikan
$X_2 - Y$	0,96	92,16%	0,963	0,349	Signifikan
$X_1$ dan $X_2 - Y$	0,93	86,49%	0,932	0,349	Signifikan

Berdasarkan analisis korelasi  $X_1 - Y$  menunjukkan bahwa status gizi terhadap kesegaran jasmani memiliki hubungan yang sangat kuat 0,91 dengan  $r_{hitung} > r_{tabel}$  yang membuktikan bahwa variabel  $X_1$  memiliki korelasi yang signifikan dengan variabel Y. Berdasarkan analisis korelasi  $X_2 - Y$  menunjukkan bahwa status gizi terhadap kesegaran jasmani memiliki hubungan yang sangat kuat 0,96 dengan  $r_{hitung} > r_{tabel}$  yang membuktikan bahwa variabel  $X_1$  memiliki korelasi yang signifikan dengan variabel Y. Berdasarkan analisis korelasi  $X_1$  dan  $X_2 - Y$  menunjukkan bahwa status gizi dan kemampuan motoric terhadap kesegaran jasmani memiliki hubungan yang sangat kuat 0,93 dengan  $r_{hitung} > r_{tabel}$  yang membuktikan bahwa variabel X memiliki korelasi yang signifikan dengan variabel Y.

## PEMBAHASAN

Kontribusi Status Gizi terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu. Status gizi memang sangat krusial dalam perkembangan dan pertumbuhan fisik anak-anak. Ini karena masa anak-anak merupakan periode di mana tubuh sedang aktif tumbuh dan berkembang. Asupan energi yang mencukupi sangat penting untuk mendukung perkembangan dan keterampilan fisik anak-anak, termasuk kemampuan gerak motorik dan aktivitas lainnya yang berpengaruh pada kehidupan mereka yang akan datang. Menurut Kanah, (2020) Status gizi seseorang digambarkan sebagai bagaimana asupan makanan dan penggunaan zat gizi tersebut untuk memenuhi kebutuhan tubuh.

Status gizi yang baik pada siswa sangat penting untuk mendukung kesegaran jasmani. Menurut (Berg & Nur, 2016) menjelaskan bahwa: "Status gizi merupakan keadaan tubuh yang menggambarkan status kesehatan seseorang atau

masyarakat di dalam kehidupan sehari-hari akibat interaksi makanan, tubuh dan lingkungan. Dengan demikian, penting bagi sekolah dan orang tua untuk memastikan bahwa anak-anak mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang.

Analisis menunjukkan bahwa status gizi memberikan kontribusi sebesar 82,81% terhadap kesehatan jasmani. Status gizi yang baik memainkan peran penting dalam mendukung kesehatan jasmani seseorang, terutama pada anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga tingkat hubungan yang sangat kuat dengan hasil 0,91.

Kontribusi Kemampuan Motorik terhadap Kesehatan Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu. Kemampuan motorik merupakan faktor kunci dalam keberhasilan anak dalam melakukan keterampilan olahraga maupun aktivitas fisik lainnya. Hal itu sesuai dengan pendapat Nusufi (2016: hlm.3) adalah “Kemampuan yang dimiliki seseorang sejak masa kanak-kanak merupakan hasil dari interaksi kompleks antara faktor genetik, lingkungan, dan pengalaman yang dialami selama proses perkembangan dan pertumbuhannya”.

Dengan memahami pentingnya kesehatan jasmani, maka dapat mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk meningkatkan dan memelihara kondisi fisik anak. Menurut Widiastuti, (2017) kesehatan jasmani adalah komponen fisik menyeluruh yang memungkinkan seseorang menjalani kehidupan produktif dan memenuhi berbagai tuntutan fisik. Kesehatan jasmani tidak hanya berfokus pada kesehatan jasmani yang diperlukan untuk aktivitas sehari-hari, tetapi juga pada kemampuan tubuh untuk beradaptasi dan menjaga fungsi fisiologis secara efektif. Hal ini penting untuk meningkatkan kualitas hidup agar tidak mengalami hambatan.

Berdasarkan analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa keterampilan motorik memberikan kontribusi sebesar 92,16% terhadap kesehatan jasmani dengan signifikansi  $\alpha = 0,05$  atau 5%. Dengan kata lain, terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik siswa dengan kesehatan jasmani siswa yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi sebesar 0,96 sehingga memiliki hubungan yang sangat kuat

Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Motorik secara bersama – sama terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu. Hasil uji menunjukkan bahwa status gizi dan kemampuan motorik berhubungan secara signifikan dengan kesegaran jasmani. Menurut (Senaputra, 2017:3) kesegaran jasmani menunjukkan bahwa seseorang dapat melakukan tugas tertentu tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukannya kontribusi secara bersama-sama antara status gizi dan kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani siswa sekolah dasar negeri 82 Kota Bengkulu artinya berkorelasi secara bersama – sama dengan hasil kontribusi sebesar 86,49%. Sehingga dapat dibuktikan dengan koefisien korelasi yang sudah dirumuskan oleh peneliti dan di perhitungkan memiliki hubungan yang sangat kuat sebesar 0,93.

Menurut Fransazeli, (2018:8) mengataskan kesegaran jasmani adalah bahwa semua orang, baik tua maupun muda, membutuhkan kesegaran Jasmani untuk membangun aktivitas atau kegiatan sehari-hari dengan efisien dan tanpa rasa lelah yang lebih berlebihan. Kesegaran jasmani anak mempengaruhi kemampuan fisik. Sebab, tumbuh kembang anak, termasuk kemampuan fisik dan mentalnya, akan meningkat jika mendapat asupan gizi yang baik. Selain itu, jika seorang anak memiliki kemampuan fisik yang baik, prestasinya juga dapat meningkat.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis data dan pembahasan hasil penelitian, kesimpulan yang dapat diambil meliputi: 1) Status Gizi terhadap kesegaran jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu memberikan kontribusi sebesar 82,81%. 2) Kemampuan Motorik terhadap kesegaran jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu memberikan kontribusi sebesar 92,16%. 3) Status Gizi dan Kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu memberikan kontribusi sebesar 86,49%. Dengan demikian terdapat kontribusi yang signifikan antara Status Gizi dan Kemampuan Motorik secara bersama-sama terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 82 Kota Bengkulu.

## REFERENSI

- Berg & Nur. (2016). *Peranan Gizi pembangunan internasioal Rajawali*. Jakarta. 1, 158.
- Eko Nopiyanto, Y., Yonata, M., Ibrahim, I., Sari Kardi, I., & Rasyono, Rasyono Insanisty, B. (2023). Analisis kebugaran jasmani atlet basket putra federasi olahraga keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Bengkulu. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(3), 805–817. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i3.8236>
- Fransazeli, M. (2018). Tingkat Kesegaran Jasmani penghuni Lapas Anak Kota Pekanbaru. *Journal Sport Area Penjaskesrek FKIP Universitas Islam Riau*.
- Ihsan. (2014). *The analysis of the physical condition, will pencak silat construction training center students (PPLP) of West Sumatra*. In *International Seminar of Sport*. 0736.
- Kamaruddin. (2019). Pengaruh Kemampuan Motorik Terhadap Keterampilan Bola Basket Pada Mahasiswa BKMF Bola Basket FIK UNM. *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar*, 1–10.
- kanah. (2020). Perbedaan Status Gizi Balita Berdasarkan Karakteristik Ibu dan Frekuensi Kunjungan Balita ke Posyandu di Desa Kapal Mengwi Badung. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 12(3), 191–200. <https://doi.org/10.33992/jig.v12i3.2145>
- Nopiyanto, Yahya Eko, Prabowo, A. (2019). Tingkat kebugaran jasmani siswa ditinjau dari kebiasaan berolahraga dimasa pandemi covid-19 di SMKN 3 kabupaten lebong. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 107–119. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v3i1.18680>
- Novitasari, R., Nasirun, M., & Delrefi, D. (2019). Meningkatkan kemampuan motorik kasar anak melalui bermain dengan media hulahoop pada anak Kelompok B Paud Al-Syafaqoh Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah POTENSIA*, 4(1), 6-12.
- Prasetio, E., Sutisyana, A., Ilahi, B. R., & Defliyanto, D. (2018). Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Pada Siswa Smp Negeri 29 Bengkulu Utara. *Kinestetik*, 2(2), 166–172. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.8738>
- Senaputra, R. P. (2017). Survei tingkat kesegaran jasmani siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki ruangan di SMA/SMK di se sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 5(3) 697 - 704.
- Sukardi. (2021). KORELASI PRESTASI AKADEMIK DAN PRESTASI OLAHRAGA PADA STUDENT-ATHLETE DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA. *Diss. Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Supariassa Bakri dan Fajar. (2016). Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dan Status Gizi Siswa di Daerah Pariwisata Sanur. *Diss. Poltekkes Kemenkes Denpasar*

**Adam Hidayat, Yarmani, Bogy Restu Ilahi, Andes Permadi, Oddie Barnanda Rizky**  
Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar  
Negeri 82 Kota Bengkulu

---

*Jurusan Gizi*, 1(69), 5–24.

Utama, M. P., & Damrah, D. (2018). Hubungan Status Gizi dan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SMA Negeri 1 Bayang Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal JPDO*, 1(2), 141–147.

Widiastuti. (2017). Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Kelas VII di SMP Smart Indonesia School Pekanbaru. *Journal Research of Sports and Society Juni*, 2022(1), 1–10.

Yarmani bogy restu ilahi dan dkk. (2017). Pengaruh Permainan Tradisional Hadang Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sd Negeri 72 Kota Bengkulu. *Dharmas Education Journal (DE\_Journal)*, 4(1), 44–50. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i1.906>