

## Pengaruh Status Gizi, Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar PJOK SD

Gelsi Osrita<sup>1</sup>, Wilda Welis<sup>2</sup>, Willadi Rasyid<sup>3</sup>, Alnedral<sup>4</sup>, Fiky Zarya<sup>5\*</sup>, Muhamad Ichsan Sabillah<sup>6</sup>

<sup>12345</sup> Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Jl. Prof. Dr. Hamka Air Tawar, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

<sup>6</sup> Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo Yogyakarta No 1, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

\*Corresponding Author. Email: [fikyzarya160416@gmail.com](mailto:fikyzarya160416@gmail.com)

---

### Abstrak

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD Negeri 3 Muaro Kabupaten sijunjung. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan pendekatan analisis jalur (*Path Analysis*). Populasi adalah seluruh peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung kelas I dan VI semester 2 Tahun Ajaran 2022/2023 sebanyak 151 peserta didik. sampel adalah peserta didik yang berumur 10-12 tahun atau kelas lima (V) 29 orang, dan enam (VI) 26 orang dengan jumlah keseluruhan 55 orang. Teknik penarikan sampling adalah *purposive sampling*. Instrumen penelitian status gizi menggunakan IMT, kesegaran jasmani menggunakan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk usia 10-12 tahun, motivasi belajar menggunakan angket dengan *skala likert*, hasil belajar adalah dengan tes praktik atau tes kinerja (*performance test*). Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial. Hasil: (1) Terdapat pengaruh langsung dan signifikan status gizi terhadap hasil belajar pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. (2) Terdapat pengaruh langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar pada peserta didik. (3) Terdapat pengaruh langsung motivasi belajar terhadap hasil belajar pada peserta didik. (4) Terdapat pengaruh tidak langsung status gizi terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik. (5) Terdapat pengaruh tidak langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik. (6) Terdapat pengaruh signifikan antara status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar secara simultan terhadap hasil belajar peserta didik. kesimpulan terdapat pengaruh signifikan antara status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

**Kata Kunci:** Status Gizi, Kebugaran Jasmani, Motivasi, Hasil Belajar PJOK

## Effect of Nutritional Status, Physical Fitness, Learning Motivation on Learning Outcomes of PJOK SD

### Abstract

*The purpose of the study was to determine the influence of nutritional status, physical fitness and learning motivation on the learning outcomes of physical education in sports and health of SD Negeri 3 Muaro, Sijunjung Regency. This type of research is quantitative with a path analysis approach (Path Analysis). The population is all students of SD Negeri 3 Muaro, Sijunjung Regency, class I and VI semester 2 of the 2022/2023 Academic Year as many as 151 students. the sample was learners aged 10-12 years or fifth grade (V) 29 people, and six (VI) 26 people with a total of 55 people. The sampling technique is purposive sampling. Nutritional status research instruments using BMI, physical freshness using the Indonesian Physical Freshness Test (TKJI) for ages 10-12 years, motivation to learn using questionnaires with a likert scale, learning outcomes are with practical tests or performance tests (performance tests). Data analysis techniques are carried out descriptively and*

*inferentially. Results: (1) There is a direct and significant influence of nutritional status on learning outcomes in students at SD Negeri 3 Muaro, Sijunjung Regency. (2) There is a direct influence of physical fitness on learning outcomes in students. (3) There is a direct influence of learning motivation on learning outcomes in students. (4) There is an indirect influence of nutritional status on learning outcomes through student learning motivation. (5) There is an indirect influence of physical fitness on learning outcomes through student learning motivation. (6) There is a significant influence between nutritional status, physical fitness and simultaneous learning motivation on student learning outcomes. Conclusions there is a significant influence between nutritional status, physical fitness and learning motivation on learning outcomes of sports and health physical education.*

**Keywords:** Nutritional Status, Physical Fitness, Motivation, Learning Outcomes PJOK

## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah salah satu upaya yang dilakukan dalam rangka meningkatkan kualitas dan kuantitas sumber daya manusia. Melalui proses pendidikan diharapkan mampu mewujudkan manusia yang cerdas, kuat, terampil dan bermoral serta diharapkan mampu dicapai oleh peserta didik Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional, dinyatakan bahwa: "Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serat perbedaan bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi wana Negara yang demokrasi, serta bertanggung jawab".

Kebugaran jasmani dan kecerdasan merupakan suatu unsur penting yang merupakan suatu kondisi ketika tubuh mampu menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik dan efektif tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan tubuh masih memiliki cadangan energi untuk melaksanakan tugas lainnya sehingga proses pembelajaran di sekolah bisa berjalan dengan baik sehingga bisa mencapai hasil belajar yang baik bahkan maksimal. Banyak efek sekunder dari olahraga juga membawa manfaat kesehatan, seperti perkembangan psikososial kedua anak muda (Malm et al., 2019). Ada banyak bukti yang menunjukkan efek menguntungkan dari aktivitas fisik pada kesehatan fisik dan psikologis pada anak (Escriva-Boulley et al., 2018).

Selain kebugaran jasmani dan status gizi ada hal penting lainnya yang menjadi faktor yang mempengaruhi hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Motivasi merupakan bentuk dorongan yang berasal dari luar maupun dari dalam diri untuk mencapai sebuah keinginan atau tujuan yang diharapkan, dengan adanya motivasi dalam peserta didik maka akan menghasilkan belajar yang sesuai dengan apa yang diinginkannya. Motivasi untuk belajar mengungkapkan bahwa seorang siswa ingin mengambil bagian dalam, dan belajar dari, kegiatan pelatihan (Harandi, 2015). aktivitas fisik memberikan manfaat kesehatan yang signifikan (Mok et al., 2020).

Motivasi merupakan pengalaman manusia yang didorong karena adanya kebutuhan sehingga berperilaku secara tertentu. Seorang yang termotivasi oleh suatu hal kemungkinan akan merasakan keinginan yang lebih tinggi dalam melakukan aktivitas yang di jalankannya dibandingkan dengan orang yang memiliki motivasi yang rendah. keterlibatan peserta didik perlu dipahami dalam Ketentuan motivasi internal dan eksternal (Buckley & Doyle, 2016). Berdasarkan pada uraian dapat disimpulkan motivasi terjadi karena adanya dorongan kebutuhan dalam diri maupun dari luar sehingga semua ini dapat mempengaruhi tingkah laku manusia itu sendiri, perubahan ini akan mempengaruhi pola pikir individu dalam berbuat dan melakukan tindakan yang nantinya akan mempengaruhi pada hasil belajar. Emosi yang mempengaruhi proses motivasi (Macintyre & Vincze, 2017). Motivasi belajar merupakan mediator antara stimulasi dan reaksi (Lin et al., 2017). Penelitian sebelumnya telah mulai membangun hubungan antara strategi instruksional, motivasi proses, dan hasil belajar (Garris et al., 2017).

Berdasarkan temuan di lapangan yang dilakukan di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung pada peserta didik di kelas Empat (IV) dan lima (V) hampir terjadi hal yang sama pada saat guru menerangkan mengenai aktivitas yang akan dilakukan di lapangan, Dalam proses pembelajaran yang terjadi banyak peserta didik yang terlihat mudah mengalami kelelahan, serta tidak memiliki kebugaran jasmani yang baik saat proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sehingga mengakibatkan peserta didik tidak termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran yang diberikan oleh guru. motivasi mempengaruhi terhadap kinerja dan Belajar siswa (Wulf & Lewthwaite, 2016).

Berdasarkan observasi awal di SD Negeri 3 Muaro Kecamatan Sijunjung Kabupaten Sijunjung pada tanggal 18 Oktober 2021 diperoleh data hasil belajar semester I Peserta didik pada mata pelajaran PJOK. Dari data yang diperoleh tergambar bahwa hasil belajar Peserta didik pada mata pelajaran PJOK di SD Negeri 3 Muaro Kecamatan Sijunjung Kabupaten Sijunjung masih rendah. Peserta didik yang tidak tuntas rata-rata atau yang tidak mampu mencapai nilai KKM yaitu 58% untuk setiap kelas. Hal ini disebabkan karena sebaran hasil belajar Peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kecamatan Sijunjung Kabupaten Sijunjung tidak merata.

Selain itu, berdasarkan hasil pengamatan lapangan dan wawancara penulis dengan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung permasalahan yang terjadi khususnya terkait dengan status gizi dan kebugaran jasmani peserta didik saat ini masih sangat kurang. Terlihat dengan kurangnya konsentrasi anak saat mengikuti pembelajaran yang dikarenakan sebagian besar anak tidak melakukan sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Kurikulum yang digunakan di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung yaitu menggunakan kurikulum K13, ini juga menjadi salah satu faktor yang membuat terhambatnya pencapaian tujuan pembelajaran PJOK dikarenakan materi pembelajaran yang harus dikuasai peserta didik sangat banyak, dengan demikian peserta didik sangat sulit untuk menguasai psikomotor dan kognitif secara bersamaan. Dari segi guru juga mengalami hambatan karena guru dituntut untuk menggunakan model pembelajaran tematik dan membuat rubrik penilaian untuk aplikasi rapor dalam melaporkan hasil belajar peserta didik. Dengan demikian K13 ini menjadi salah satu faktor yang menghambat tercapainya tujuan pembelajaran PJOK.

Mengingat banyaknya faktor yang menentukan keberhasilan belajar peserta didik fokus kajian dalam penelitian ini, yang diduga kuat berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik yang belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah status gizi dan kebugaran jasmani sebagai faktor internal dan motivasi belajar sebagai faktor eksternal. Masalah yang sering dihadapi oleh peserta didik adalah sulitnya mengatur waktu belajar yang dimiliki. Hal ini disebabkan karena peserta didik tidak dapat mengatur waktu yang dimilikinya dengan baik untuk bermacam-macam kegiatan yang dimilikinya dan tidak memiliki rencana belajar yang tepat. Dalam beberapa tahun terakhir, pendidik telah bereksperimen dengan berbagai metode pengajaran dalam upaya untuk menemukan cara belajar mengajar yang lebih efektif (Shin, 2018). motivasi secara konsisten telah terbukti menjadi faktor utama dalam menjelaskan keberhasilan peserta didik (Sylvén & Thompson, 2015).

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan analisis jalur (*Path Analysis*). Untuk menguji signifikansi koefisien jalur dengan menggunakan uji-t atau uji-F, untuk menyatakan signifikan atau tidaknya koefisien jalur didasarkan pada hasil uji-t. Uji-t dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara variabel eksogen terhadap variabel endogen". Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu, variabel endogen Status Gizi (X1) dan Kebugaran Jasmani (X2), kemudian Motivasi Belajar (X3) sebagai variabel *Intervening*, sedangkan variabel dependen yaitu Hasil Belajar PJOK (Y).

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial. Populasi adalah seluruh peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung kelas I dan VI semester 2 Tahun Ajaran 2022/2023 sebanyak 151 peserta didik. sampel adalah peserta didik yang

berumur 10-12 tahun atau kelas lima (V) 29 orang, dan enam (VI) 26 orang dengan jumlah keseluruhan 55 orang. Teknik penarikan sampling adalah *purposive sampling*. penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pada bagian ini penulis akan menguraikan deskripsi data yang didapatkan setelah melakukan pengambilan data penelitian di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Data dalam penelitian ini terdiri dari: data hasil belajar peserta didik sebagai variabel *endogen* dalam penelitian, selanjutnya status gizi dan kebugaran jasmani yang merupakan variabel *eksogen* kemudian motivasi belajar sebagai variabel *intervening* (penghubung) dalam penelitian yang peneliti lakukan. Pengolahan data hasil penelitian disajikan secara berurutan pada tabel berikut.

Tabel 1. Rangkuman Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Mean	Stdev	Min	Max
Status gizi (X1)	0,08	1,86	-2,99	4,64
Kebugaran jasmani (X2)	11,67	3,73	5	20
Motivasi Belajar (X3)	75,58	3,41	66,5	81,5
Hasil Belajar (Y)	80,8	2,55	76	85

Agar gambaran masing-masing data dalam penelitian ini lebih jelas, berikut peneliti menguraikan satu-persatu sesuai dengan variabel yang peneliti teliti.

#### 1. Status gizi

Pada variabel status gizi, dapat dilakukan pemeriksaan secara langsung dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang dilakukan oleh peserta didik yang terpilih menjadi sampel, yaitu sebanyak 55 orang. Berdasarkan pengolahan data yang dilakukan, terlihat skor tertinggi yang mampu dicapai oleh peserta didik setelah melakukan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah 4,64 dan nilai terendah yang dicapai peserta didik tersebut adalah -2,99. Nilai rata-rata keseluruhan yang dicapai peserta didik adalah 0,08 yang mana termasuk ke dalam klasifikasi "baik". Kemudian diperoleh simpangan baku sebesar 1,86. Berikut peneliti sajikan distribusi data hasil pengukuran variabel status gizi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status gizi

No	IMT	N	% (Persentase)	Kategori
1	< -3 SD	0	0	Sangat Kurus
2	-3 SD - <-2 SD	3	5,5	Kurus
3	-2 SD - 1 SD	35	63,6	Normal
4	>1 SD - 2 SD	8	14,5	Gemuk
5	> 2 SD	9	16,4	Obesitas
	Jumlah	55	100	

Berdasarkan table 2 distribusi frekuensi status gizi di atas, dari 55 orang peserta didik tidak ada peserta didik yang berada pada IMT <-3 SD dengan kategori "sangat kurus". Pada IMT -3 SD - <-2 SD terdapat sebanyak 3 orang atau 5,5% peserta didik yang berada pada kategori "kurus". Kemudian pada IMT -2 SD - 1 SD terdapat sebanyak 35 orang atau 63,6% peserta didik yang berada pada kategori "normal". Pada IMT >1 SD - 2 SD terdapat sebanyak 8 orang atau 14,5% peserta didik yang berada pada kategori "gemuk". Terakhir, pada kelas interval >2 SD terdapat 9 peserta didik dalam interval kelas tersebut dengan kategori "obesitas".

## 2. Kebugaran jasmani

Pada variabel kebugaran jasmani, didapatkan melalui pembagian angket penelitian yang diisi langsung oleh peserta didik yang terpilih menjadi sampel, yaitu sebanyak 55 orang. Berdasarkan pengolahan data yang dilakukan, terlihat skor tertinggi yang mampu dicapai oleh peserta didik dalam Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk usia 10-12 tahun yang sudah dibakukan yang terdiri atas 5 tes adalah 20 dan nilai terendah yang dicapai peserta didik tersebut adalah 5. Nilai rata-rata keseluruhan yang dicapai peserta didik adalah 11,67 yang mana termasuk ke dalam klasifikasi “kurang”. Kemudian diperoleh simpangan baku sebesar 3,73. Berikut peneliti sajikan distribusi data hasil pengukuran variabel status gizi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kebugaran jasmani

No	Skor Tingkat	F. Absolut	F. Relatif	Keterangan
1	22 – 25	0	0,0	Baik Sekali (BS)
2	18 – 21	5	9,1	Baik (B)
3	14 – 17	11	20,0	Sedang (S)
4	10 – 13	24	43,6	Kurang (K)
5	5 – 9	15	27,3	Kurang Sekali (KS)
	Jumlah	55	100	

Berdasarkan tabel 3 distribusi frekuensi tingkat kebugaran jasmani, dari 55 orang peserta didik tidak ada peserta didik yang berada pada kelas interval 22 - 25 dengan klasifikasi “baik sekali”. Pada kelas interval 18 - 21 terdapat sebanyak 5 orang atau 9,1% dengan klasifikasi “baik”. Kemudian pada kelas interval 14 – 17 terdapat sebanyak 11 orang atau 20% dengan klasifikasi “sedang”. Selanjutnya pada kelas interval 10 - 13 terdapat sebanyak 24 orang atau 43,6 dengan klasifikasi “kurang”. Terakhir, pada kelas interval 5 – 9 terdapat sebanyak 15 orang atau 27,3% dengan klasifikasi “kurang sekali”.

## 3. Motivasi Belajar

Pada variabel motivasi belajar, didapatkan melalui pembagian angket penelitian yang diisi langsung oleh peserta didik yang terpilih menjadi sampel, yaitu sebanyak 55 orang. Berdasarkan pengolahan data yang dilakukan, terlihat skor tertinggi yang mampu dicapai oleh peserta didik dalam menjawab lembar angket yang berhubungan dengan skor motivasi belajar adalah 81,5 dan nilai terendah yang dicapai peserta didik tersebut adalah 66,5. Nilai rata-rata keseluruhan yang dicapai peserta didik adalah 75,58 yang mana termasuk ke dalam klasifikasi “cukup”. Kemudian diperoleh simpangan baku sebesar 3,41. Berikut peneliti sajikan distribusi data hasil pengukuran variabel motivasi belajar.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar

No	Skor	F. Absolut	F. Relatif	Keterangan
1	< 70	4	7,3	Sangat Kurang
2	70 - 72	9	16,4	Kurang
3	73 - 76	24	43,6	Cukup
4	77 - 79	15	27,3	Baik
5	80 >	3	5,5	Sangat Baik
	Jumlah	55	100	

Berdasarkan tabel 4 distribusi frekuensi motivasi belajar, dari 55 orang peserta didik terdapat sebanyak 4 orang atau 7,3% peserta didik berada pada kelas interval < 70 dengan klasifikasi “sangat kurang”. Pada kelas interval 70 – 72 terdapat sebanyak 9 orang atau 16,4% dengan klasifikasi “kurang”. Kemudian pada kelas interval 73 – 76 terdapat sebanyak 24 orang atau 43,6% dengan klasifikasi “cukup”. Selanjutnya pada kelas interval 77 – 79 terdapat sebanyak 15 orang atau 27,3% dengan klasifikasi “baik”. Terakhir, pada kelas interval 80> terdapat sebanyak 3 orang atau 5,5% dengan klasifikasi “sangat baik”.

4. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Pada variabel hasil belajar PJOK, didapatkan melalui hasil belajar PJOK nilai rapor semester genap tahun ajaran 2021/2022 yang diperoleh oleh peserta didik sebanyak 55 orang. Berdasarkan pengolahan data yang dilakukan, terlihat nilai tertinggi yang mampu dicapai oleh peserta didik adalah 85 dan nilai terendah yang dicapai peserta didik tersebut adalah 76. Nilai rata-rata keseluruhan yang dicapai peserta didik adalah 80,8. Kemudian diperoleh simpangan baku sebesar 2,55. Berikut peneliti sajikan distribusi data hasil pengukuran variabel hasil belajar.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar PJOK

No	Nilai	N	Persentase	Keterangan
1	<75	0	0	D = Kurang
2	75 – 79	21	39	C = Cukup
3	80 – 89	33	61	B = Baik
4	90-100	0	0	A = Sangat Baik
Jumlah		54	100,0	

Berdasarkan table 5 distribusi frekuensi hasil belajar PJOK, dari 55 orang peserta didik tidak ada peserta didik yang berada pada klasifikasi “kurang atau D” dengan nilai di bawah 75, pada kelas interval 75 - 79 terdapat sebanyak 21 orang atau 39% peserta didik yang berada pada klasifikasi “cukup atau C”. Kemudian pada kelas interval 80 – 89 terdapat sebanyak 33 orang atau 61% peserta didik yang berada pada klasifikasi “baik atau B”, kemudian tidak ada peserta didik yang berada pada kelas interval 90-100 dengan klasifikasi “sangat baik atau A”.

**Pengujian Persyaratan Analisis Data**

*Uji Normalitas Data*

Uji normalitas dilakukan terhadap variabel penelitian menggunakan uji Normalitas Galat dengan taraf signifikan  $\alpha = 0.05$  dengan kriteria pengujian bahwa  $H_0$  ditolak apabila  $L_0$  yang diperoleh dari data penelitian melebihi  $L_t$  dan sebaliknya  $H_0$  diterima apabila  $L_t$  lebih besar dari  $L_0$  yang mana pengujian ini secara sederhana dapat dinyatakan sebagai berikut:

- a) Jika nilai signifikan < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal
- b) Jika nilai signifikan > 0,05 maka data berdistribusi normal

Rangkuman hasil uji normalitass tiap-tiap variabel penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Rangkuman Uji Normalitas Data Penelitian

Variabel	N	Sig	$\alpha$	Kesimpulan
X1 terhadap Y	55	0,200	0.05	Normal
X2 terhadap Y	55	0,137		Normal
X3 terhadap Y	55	0,200		Normal
X1 terhadap X3	55	0,154		Normal
X2 terhadap X3	55	0,162		Normal

Keterangan:

- N : Jumlah Sampel
- $L_0$  : Nilai  $L_{observasi}$
- $L_t$  : Nilai  $L_{tabel}$

Berdasarkan perhitungan uji normalitas variabel penelitian yang telah peneliti lakukan sebelumnya, ditemukan bahwa harga  $L_0$  yang diperoleh lebih kecil dari harga  $L_t$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0.05$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semua kelompok data pada penelitian ini diambil dari populasi yang berdistribusi normal.

*Uji Homogenitas Data*

Uji homogenitas digunakan untuk menguji apakah data variabel hasil belajar berasal dari populasi yang homogen atas varians, status gizi, Kebugaran Jasmani dan motivasi belajar yang diuji dalam data hasil belajar PJOK (Y) peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.

Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

- a) Jika nilai signifikan < 0,05 maka varian data dari kelompok tersebut tidak sama (Tidak Homogen).
- b) Jika nilai signifikan > 0,05 maka varian data dari kelompok tersebut sama (Homogen).

Tabel 7. Rangkuman Uji Homogenitas Data Penelitian

Variabel	Sig	$\alpha$	Kesimpulan
Y atas varians $X_1$	0,849		Homogen
Y atas varians $X_2$	0,476	0,05	Homogen
Y atas varians $X_3$	0,474		Homogen

Dari table uji homogenitas data di atas, terlihat bahwa variabel status gizi, Kebugaran Jasmani dan motivasi belajar yang diuji dalam data hasil belajar PJOK (Y) peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung berasal dari varian data kelompok yang sama atau Homogen karena nilai signifikan > 0,05.

*Uji Linearitas Data*

Uji linearitas adalah uji yang dilakukan untuk melihat apakah masing-masing data variabel status gizi, Kebugaran jasmani, dan motivasi belajar cenderung membentuk garis linear terhadap variabel hasil belajar PJOK peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Data yang diuji dalam hal ini adalah data status gizi ( $X_1$ ), Kebugaran jasmani ( $X_2$ ), motivasi belajar PJOK ( $X_3$ ), memiliki pengaruh yang linear terhadap hasil belajar PJOK peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.

Kriteria pengujian adalah

- a) Jika nilai signifikan < 0,05 maka data tidak memiliki hubungan yang linier antara variabel.
- b) Jika nilai signifikan > 0,05 maka data memiliki hubungan yang linier antara variabel.

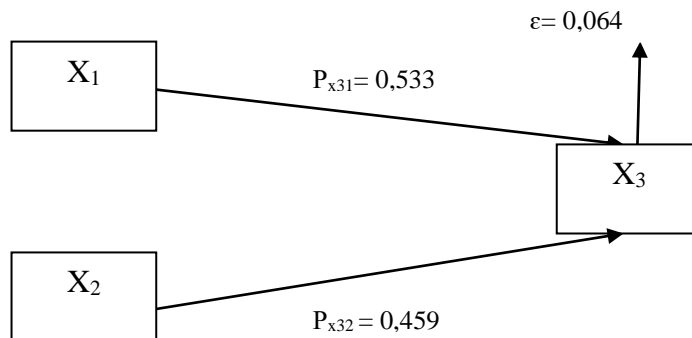
Tabel 8. Rangkuman Uji Linearitas Data Penelitian

Variabel	Sig	$\alpha$	Kesimpulan
Y atas varians $X_1$	0,130		Linier
Y atas varians $X_2$	0,136	0,05	Linier
Y atas varians $X_3$	0,186		Linier

Berdasarkan dari table 8 rangkuman uji linearitas data penelitian yang dicari menggunakan SPSS versi 25 Untuk data  $X_1$  dengan Y, didapatkan nilai signifikansi = 0,130 lebih besar dari nilai probabilitas yaitu  $\alpha = 0,05$ . Hal ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel status gizi ( $X_1$ ) terhadap hasil belajar PJOK (Y). Dari tabel 15 untuk data  $X_2$  dengan Y didapatkan nilai signifikansi = 0,136 lebih besar dari nilai probabilitas yaitu  $\alpha = 0,05$ . Hal ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel Kebugaran jasmani ( $X_2$ ) terhadap hasil belajar PJOK (Y). Selanjutnya untuk data  $X_3$  dengan Y didapatkan nilai signifikansi = 0,186 lebih besar dari nilai probabilitas yaitu  $\alpha = 0,05$ . Hal ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel motivasi belajar ( $X_3$ ) terhadap hasil belajar PJOK (Y) pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.

*Pengujian Hipotesis*

Pengujian terhadap hipotesis ini akan dilakukan menggunakan dengan menggunakan program SPSS versi 25, output terhadap variabel-variabel status gizi ( $X_1$ ), Kebugaran jasmani ( $X_2$ ), motivasi belajar ( $X_3$ ), dan hasil belajar ( $Y$ ) tersebut akan disajikan sebagai berikut:



Gambar 1. Koefesien Struktur 1

Kerangka hubungan kausal empiris antara  $X_1$  dan  $X_2$  terhadap  $X_3$  dapat dibuat melalui persamaan structural seperti di bawah ini:

$$Y = \rho_{X_{31}}X_1 + \rho_{X_{32}}X_2 + \rho_{X_3}\epsilon_1$$

untuk mencari nilai  $\rho_{y\epsilon_1}$  (variabel sisa) ditentukan dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 9. Model Summary

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,967 <sup>a</sup>	,936	,934	2,60178

a. Predictors: (Constant), Kebugaran Jasmani, Status Gizi

$$= 1 - R_{X_{32}}^2$$

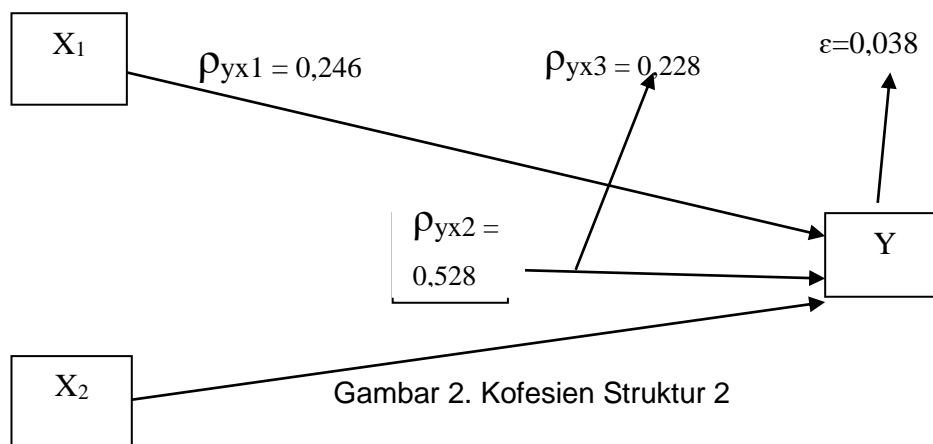
$$= 1 - 0,936 = 0,064$$

Jadi persamaanya dapat ditulis sebagai berikut:

$$Y = \rho_{X_{31}}X_1 + \rho_{X_{32}}X_2 + \rho_{X_3}\epsilon_1$$

$$Y = 0,533 X_1 + 0,459 X_2 + 0,064 \epsilon_1$$

Kemudain di bawah ini adalah pencarian untuk koefisien struktur 2 dimana variabel status gizi ( $X_1$ ), Kebugaran jasmani ( $X_2$ ), motivasi belajar ( $X_3$ ), mempengaruhi hasil belajar PJOK ( $Y$ ), sebagai berikut:



Gambar 2. Kofesien Struktur 2



Kerangka hubungan kausal empiris antara  $X_1$ ,  $X_2$  dan  $X_3$  terhadap  $Y$  dapat dibuat melalui persamaan structural seperti dibawah ini:

$$Y = \rho_{yX_1}X_1 + \rho_{yX_2}X_2 + \rho_{yX_3}X_3 + \rho_{X_3}\epsilon_2$$

Untuk mencari nilai  $\rho_{y\epsilon_1}$  (variabel sisa) ditentukan dengan rumus sebagai berikut:

$$= 1 - R_{X_3}^2 \\ = 1 - 0,962 = 0,038$$

Jadi persamaanya dapat ditulis sebagai berikut:

$$Y = \rho_{yX_1}X_1 + \rho_{yX_2}X_2 + \rho_{yX_3}X_3 + \rho_{X_3}\epsilon_2$$

$$Y = 0,248 X_1 + 0,528 X_2 + 0,228 X_3 + 0,038 \epsilon_2$$

### ***Pengaruh langsung status gizi terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung***

$H_a$  : terdapat pengaruh langsung status gizi ( $X_1$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ )

$H_o$  : tidak terdapat pengaruh langsung status gizi ( $X_1$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ )

Uji individual yang dilakukan  $X_1$  terhadap  $Y$  didapatkan bahwa hasil koefisien jalur  $\rho_{yX_1} = 0,248$ . Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 25 diperoleh nilai sig = 0,006 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ , nilai  $0,006 < 0,05$  maka dalam hal ini  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti koefisien analisis jalur signifikan. Jadi, status gizi berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Besarnya pengaruh status gizi terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah sebagai berikut:

$$= \rho_{yX_1}^2 \times 100\% \\ = 0,248^2 \times 100\% \\ = 6,15\%$$

Jadi berdasarkan data maka dapat ditarik kesimpulan bahwa status gizi berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah sebesar 6,15%. Sedangkan sisanya 93,85% dipengaruhi oleh faktor lain.

### ***Pengaruh langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung***

$H_a$  : terdapat pengaruh langsung kebugaran jasmani ( $X_2$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ )

$H_o$  : tidak terdapat pengaruh langsung kebugaran jasmani ( $X_2$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ )

Uji individual yang dilakukan  $X_2$  terhadap  $Y$  didapatkan bahwa hasil koefisien jalur  $\rho_{yX_2} = 0,528$ . Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 25 diperoleh nilai sig = 0,000 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ , nilai  $0,000 < 0,05$  maka dalam hal ini  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti koefisien analisis jalur signifikan. Jadi, Kebugaran jasmani memiliki pengaruh secara langsung terhadap hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Besarnya Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah sebagai berikut:

$$= \rho_{yX_2}^2 \times 100\% \\ = 0,528^2 \times 100\% \\ = 27,87\%$$

Jadi berdasarkan hal di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Kebugaran jasmani memiliki pengaruh yang tidak signifikan terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung hanya sebesar 27,87%. Sedangkan sisanya 72,13% dipengaruhi oleh faktor lain.

***Pengaruh langsung motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung***

$H_a$  : Terdapat pengaruh langsung motivasi belajar (X3) terhadap hasil belajar (Y)

$H_o$  : Tidak terdapat pengaruh langsung motivasi belajar (X3) terhadap hasil belajar (Y)

Uji individual yang dilakukan  $X_3$  terhadap Y didapatkan bahwa hasil koefisien jalur  $\rho_{YX_3} = 0,228$  Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 25 diperoleh nilai sig = 0,04 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ , nilai  $0,04 < 0,05$  maka dalam hal ini  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti koefisien analisis jalur signifikan. Jadi, motivasi belajar berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Besarnya pengaruh motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned} &= \rho_{YX_3}^2 \times 100\% \\ &= 0,228^2 \times 100\% \\ &= 5,19\% \end{aligned}$$

Jadi berdasarkan data maka dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi belajar memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung hanya sebesar 5,19%. Sedangkan sisanya 94,81% dipengaruhi oleh faktor lain.

***Status gizi terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung***

$H_a$  : Status gizi (X1) berpengaruh secara tidak langsung terhadap hasil belajar (Y) melalui motivasi belajar (X3)

$H_o$  : Status gizi (X1) tidak berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar (Y) melalui motivasi belajar (X3)

Berdasarkan hasil uji analisis terhadap variabel status gizi terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar pada peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung didapatkan hasil sebagai berikut :

Pengaruh langsung $X_1$ terhadap Y ( $\rho_{YX_1}$ )	0,248
Pengaruh $X_2$ terhadap $X_3$ ( $\rho_{X_31}$ )	0,459
Pengaruh langsung $X_3$ terhadap Y ( $\rho_{YX_3}$ )	0,228

Pengaruh tidak langsung =  $\rho_{YX_1} + (\rho_{X_32} \times \rho_{YX_3})$   
 $0,248 + (0,459 \times 0,228)$   
 $0,248 + 0,104$   
 $0,352$

Sumbangan  $\rho_{YX_31} =$   $0,352^2 \times 100\%$   
 $0,1243 \times 100\%$   
 $12,43\%$

Jadi berdasarkan analisis data, dapat dikatakan besarnya pengaruh status gizi terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar pada peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah 0,1243 atau sebesar 12,43%.

***Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung***

$H_a$  : kebugaran jasmani (X2) berpengaruh secara tidak langsung terhadap hasil belajar (Y) melalui motivasi belajar (X3)

$H_0$  : kebugaran jasmani ( $X_2$ ) tidak berpengaruh secara tidak langsung terhadap hasil belajar ( $Y$ ) melalui motivasi belajar ( $X_3$ )

Berdasarkan hasil uji analisis terhadap variabel Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar pada peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung didapatkan hasil sebagai berikut :

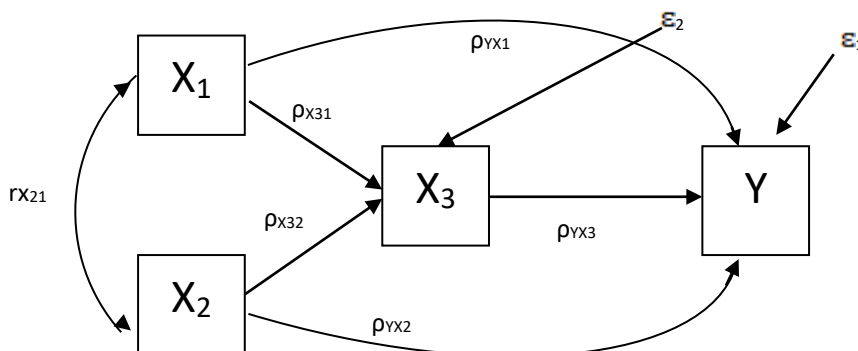
Pengaruh langsung $X_2$ terhadap $Y$ ( $\rho_{yx2}$ )	0,528
Pengaruh $X_1$ terhadap $X_3$ ( $\rho_{x31}$ )	0,533
Pengaruh langsung $X_3$ terhadap $Y$ ( $\rho_{yx3}$ )	0,228

Pengaruh tidak langsung =  $\rho_{yx2} + (\rho_{x31} \times \rho_{yx3})$   
 $0,528 + (0,533 \times 0,228)$   
 $0,528 + 0,1215$   
 $0,649$

Sumbangan  $\rho_{yx31} =$   $0,649^2 \times 100\%$   
 $0,4218 \times 100\%$   
 $42,18\%$

Jadi berdasarkan analisis data, dapat dikatakan besarnya pengaruh Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar pada peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah 0,4218 atau sebesar 42,18%.

**Pengaruh status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung**



Gambar 3. Hubungan Struktural  $X_1$ ,  $X_2$ , dan  $X_3$  terhadap  $Y$

$H_a$  : Terdapat pengaruh secara simultan status gizi ( $X_1$ ) kebugaran jasmani ( $X_2$ ) dan motivasi belajar ( $X_3$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ )

$H_0$  : Tidak terdapat pengaruh secara simultan status gizi ( $X_1$ ) kebugaran jasmani ( $X_2$ ) dan motivasi belajar ( $X_3$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ )

Berdasarkan tabel yang dipaparkan bahwa diperoleh nilai  $R_{square} = 0,962$  dan dari tabel *Annova* diperoleh  $F = 425,8$  dengan probabilitas ( $sig$ ) = 0,000, karena nilai  $sig < \alpha = 0,05$  maka keputusannya adalah  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, jadi status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar berpengaruh secara simultan terhadap hasil belajar PJOK peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Persamaan jalur dari variabel status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar ( $X_1$ ,  $X_2$  dan  $X_3$  ke  $Y$ ) menggunakan rumus:

$$Y = \rho_{YX1}X_1 + \rho_{YX2}X_2 + \rho_{YX3}X_3 + \rho_Y\epsilon_1$$

(Riduwan & Engkos 2012: 292)

Dimana  $\rho_Y\epsilon_1 = 1 - R^2_{YX123} = 1 - 0,962 = 0,038$

Dengan demikian persamaan jalur  $X_1, X_2$  dan  $X_3$  ke  $Y$

$$Y = 0,248 X_1 + 0,528 X_2 + (0,228) X_3 + 0,038 \varepsilon_1$$

Besarnya angka  $R_{\text{square}}$  adalah 0,962. Angka tersebut menunjukkan bahwa besarnya pengaruh status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah:

$$\begin{aligned} \text{KD} &= r^2 \times 100\% \\ &= 0,962 \times 100\% \\ &= 96,2\% \end{aligned}$$

Pengaruh status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung adalah sebesar 96,2%. Sedangkan sisanya 3,8% dipengaruhi oleh faktor lain.

## Pembahasan

### ***Pengaruh langsung status gizi terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.***

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan di lapangan ditemukan pengaruh langsung status gizi ( $X_1$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ ) peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Pengaruh ini dapat dilihat pada tabel yang menunjukkan pengaruh koefisien jalur sebesar  $\rho_{yx1} = 0,248$  serta nilai signifikansi ( $\text{sig}$ ) = 0,006 yang lebih kecil dari nilai probabilitas ( $\alpha$ ) = 0,05. Selain itu, juga ditunjukkan hubungan antara status gizi dan hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung memiliki pengaruh sebesar 6,15%. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung status gizi terhadap hasil belajar pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Hal ini diperkuat oleh Putri, (2016) dimana keadaan fisik menunjukkan pada tahap pertumbuhan (kekurangan gizi akan menghambat pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan), kesehatan jasmani, keadaan alat-alat indra dan sebagainya. Keadaan psikis menunjukkan pada keadaan stabil/labilitas mental peserta didik, karena fisik dan psikis yang sehat sangat berpengaruh positif terhadap kegiatan belajar mengajar dan sebaliknya.

Bagi peserta didik, makan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran, sehingga prestasi belajar menjadi lebih baik. Kebiasaan makan pagi juga membantu seseorang untuk memenuhi kecukupan gizinya sehari-hari. Jenis hidangan untuk makan pagi dapat dipilih dan disusun sesuai dengan keadaan. Namun akan lebih baik bila terdiri dari makanan sumber zat tenaga, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur (Supariasa et al., 2016). Widya, (2018) pengaruh makanan terhadap perkembangan otak, apabila makanan cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan. dan keadaan ini berlangsung lama akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak. berakibat terjadi ketidakmampuan berfungsi normal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidakmatangan dan ketidaksempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak.

Menurut asumsi peneliti dari 55 peserta didik sebagai sampel yang memiliki status gizi yang tidak normal mendapatkan nilai cukup sebanyak 21 peserta didik (39%). Angka ini cukup tinggi dalam menggambarkan adanya pengaruh antara status gizi dengan hasil belajar PJOK peserta didik. Status gizi yang cenderung normal akan memungkinkan seseorang mempunyai ketahanan dalam berkonsentrasi pada sesuatu hal, termasuk berkonsentrasi dalam belajar. Dengan demikian status gizi mempunyai peran terhadap keberhasilan seseorang dalam belajar, yang tercermin dari hasil belajarnya. Hal ini seharusnya menjadi pedoman agar peserta didik selalu menjaga status gizi tetap normal dan memperhatikan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam masa pertumbuhan. Penulis tidak hanya melihat dari pengaruh dan sumbangan temuan penelitian ini saja, akan tetapi dilanjutkan pada pengaruh dari masing-masing variabel. Pada bahasan variabel status

gizi ini berdasarkan kajian teori, kerangka teoritik serta hipotesis yang diajukan dalam penelitian, hasil penelitian ini dapat diterima kebenarannya secara empiris.

### ***Pengaruh langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.***

Pengaruh ini dapat dilihat pada tabel yang menunjukkan pengaruh sebesar  $\rho_{yx2} = 0,528$  serta nilai signifikansi (sig) = 0,000 yang lebih kecil dari nilai probabilitas ( $\alpha$ ) = 0,05. Besarnya pengaruh langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar peserta didik adalah sebesar 12,3%. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Chandra, (2020) menjelaskan bahwa: "hasil belajar merupakan kemampuan yang diperoleh individu setelah proses belajar berlangsung, yang dapat memberikan perubahan tingkah laku baik pengetahuan, pemahaman, sikap dan keterampilan siswa sehingga menjadi lebih baik dari sebelumnya". Dalam penelitian (Zul et al., 2022) Untuk mengukur data kebugaran jasmani menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Hasil dalam penelitian ini yaitu, Terdapat pengaruh langsung antara kesegaran jasmani terhadap hasil belajar sebesar 7,2%. Kemudian penelitian Riyanto, (2020) untuk mengukur kebugaran jasmani menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Hasil belajar siswa di pengaruhi oleh kebugaran jasmani dan aktifitas fisik siswa.

Dalam penelitian Chandra, (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh langsung yang signifikan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar siswa, dengan hasil 2.89%. Kebugaran jasmani yang sangat baik akan dapat memberikan sumbangan pengaruh yang besar terhadap hasil belajar PJOK. Begitupun sebaliknya, untuk itu, SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung perlu meningkatkan kebugaran jasmaninya melalui pembelajaran-pembelajaran yang menyenangkan seperti berolahraga dengan permainan. Sehingga nantinya dengan meningkatnya kebugaran jasmani SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung maka akan meningkatkan hasil belajar PJOK SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.

### ***Pengaruh langsung motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.***

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan di lapangan tidak ditemukan pengaruh langsung motivasi belajar ( $X_3$ ) terhadap hasil belajar (Y) peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Pengaruh ini dapat dilihat pada tabel yang menunjukkan pengaruh sebesar  $\rho_{yx3} = 0,228$  serta nilai signifikansi (sig) = 0,041 yang lebih kecil dari nilai probabilitas ( $\alpha$ ) = 0,05. Besarnya pengaruh langsung motivasi belajar terhadap hasil belajar sebesar 5,19%. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung motivasi belajar terhadap hasil belajar pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Zul et al., (2022) Untuk mengukur data motivasi belajar dengan menggunakan angket, (2) Hasil dalam penelitian terdapat pengaruh langsung antara status gizi terhadap hasil belajar sebesar 9,7%. Kemudian dalam penelitian Zahrotun & Ansori, (2020) simpulan dari penelitian ini yaitu adanya hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi dan disiplin belajar dengan hasil belajar Mupel PJOK siswa kelas V SDN Gugus Larasati Kecamatan Gunungpati Semarang.

Kemudian dalam penelitian (Adi, 2021) dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw dan motivasi belajar berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar PJOK, sehingga dalam penerapan Model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw hendaknya mempertimbangkan tingkat motivasi belajar siswa. Sementara itu penelitian Theodoriana, (2021) berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar PJOK ini dikarenakan thitung > ttabel yaitu thitung 4,092 sedangkan ttabel 2,024. Kata kunci : Motivasi Belajar Siswa dan Hasil Belajar PJOK. Beranjak dari temuan penelitian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK. Motivasi belajar lebih erat kaitannya pada penilaian kognitif (intelektual) dibandingkan penilaian psikomotor (gerak). Untuk menciptakan motivasi belajar yang kuat. guru harus mampu memilih strategi pembelajaran yang sesuai dengan

sifat pesan yang disampaikan serta kemampuan masing-masing peserta didik. Melalui strategi yang tepat peserta didik akan terdorong dan bersemangat dalam belajar. Semakin tinggi motivasi belajar SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung maka semakin besar sumbangannya terhadap hasil belajar PJOK. hal ini diperoleh dengan cara sungguh-sungguh untuk berprestasi yang tinggi.

***Pengaruh status gizi terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.***

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan di lapangan ditemukan pengaruh langsung status gizi (X1) terhadap hasil belajar (Y) melalui motivasi belajar (X2) peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Pengaruh ini dapat dilihat pada tabel yang menunjukkan pengaruh sebesar 12,43%. Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dimana terdapat pengaruh tidak langsung status gizi terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Bagi peserta didik, makan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran, sehingga prestasi belajar menjadi lebih baik. Kebiasaan makan pagi juga membantu seseorang untuk memenuhi kecukupan gizinya sehari-hari. Dengan terpenuhinya gizi peserta didik dan didorong dengan adanya minat atau ketertarikan dalam belajar mampu membawa peserta didik untuk mencapai kesuksesan dalam belajar.

***Pengaruh Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.***

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan di lapangan ditemukan pengaruh langsung Kebugaran jasmani (X2) terhadap hasil belajar (Y) melalui motivasi belajar (X3) peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Pengaruh ini dapat dilihat pada tabel yang menunjukkan pengaruh sebesar 42,18%. Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dimana terdapat pengaruh tidak langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Kebugaran jasmani yang sangat baik dengan dorongan motivasi belajar akan dapat memberikan sumbangan pengaruh yang besar terhadap hasil belajar PJOK, begitupun sebaliknya. Untuk itu SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung perlu meningkatkan kebugaran jasmaninya melalui pembelajaran-pembelajaran yang menyenangkan seperti berolahraga dengan permainan. Sehingga nantinya dengan meningkatnya kebugaran jasmani SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung maka akan menunjang hasil belajar PJOK yang didorong dengan motivasi belajar SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung.

***Pengaruh status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung***

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti laksanakan di lapangan pada variabel status gizi, Kebugaran jasmani, motivasi belajar dan hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung ditentukan pengaruh simultan status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung dengan nilai  $R^2 = 0,962$  dan nilai  $sig. 0,003 < \alpha = 0,05$ , sehingga hipotesis  $H_a$  yang diajukan diterima yaitu dimana terdapat pengaruh secara simultan antara status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung dan penolakan terhadap  $H_0$  yang diajukan. Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, semua variabel eksogen dalam penelitian ini memiliki pengaruh terhadap variabel endogen. Dapat dilihat melalui hasil penelitian bahwa jika ketiga variabel eksogen ini diintegrasikan secara simultan (bersamaan) maka memberikan hasil yang lebih signifikan dibandingkan dengan pengaruh langsung antar variabel eksogen. Dapat diartikan bahwa hasil belajar peserta didik akan dapat ditingkatkan dengan meningkatkan variabel eksogen, begitu juga dengan hasil belajar SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung jika ingin memiliki hasil yang lebih maksimal.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Terdapat pengaruh langsung dan signifikan status gizi terhadap hasil belajar pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Terdapat pengaruh langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Terdapat pengaruh langsung motivasi belajar terhadap hasil belajar pada peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Terdapat pengaruh tidak langsung status gizi terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Terdapat pengaruh tidak langsung Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Terdapat pengaruh yang signifikan antara status gizi, Kebugaran jasmani dan motivasi belajar secara simultan terhadap hasil belajar peserta didik di SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Maka dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel tersebut berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik SD Negeri 3 Muaro Kabupaten Sijunjung. Saran untuk penelitian kedepannya diharapkan dapat meneliti variabel lainnya yang berhubungan dengan pencapaian hasil belajar peserta didik di sekolah tentunya dengan jumlah sampel yang lebih banyak lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi, K. I. N. A. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar PJOK pada Siswa SMP. *JURNAL PENJAKORA*, 8(1).
- Buckley, P., & Doyle, E. (2016). Gamification and student motivation. *Interactive Learning Environments*, 24(6), 1162–1175. <https://doi.org/10.1080/10494820.2014.964263>
- Chandra, D. P. (2020). *Pengaruh Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, dan Aktifitas Fisik terhadap Hasil Belajar Siswa MTsN 1 Kota Padang*.
- Escriva-Boulley, G., Tessier, D., Ntoumanis, N., & Sarrazin, P. (2018). Need-Supportive Professional Development in Elementary School Physical Education: Effects of a Cluster-Randomized Control Trial on Teachers' Motivating Style and Student Physical Activity. *American Psychological Association*, 1–57. <https://doi.org/10.1037/spy0000119>
- Garris, R., Ahlers, R., & Driskell, J. E. (2017). Games, motivation, and learning: A research and practice model. *Simulation and Gaming*, 33(4), 441–467. <https://doi.org/10.1177/1046878102238607>
- Harandi, S. R. (2015). Effects of e-learning on Students' Motivation. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 181, 423–430. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.905>
- Lin, M. H., Chen, H. C., & Liu, K. S. (2017). A study of the effects of digital learning on learning motivation and learning outcome. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 13(7), 3553–3564. <https://doi.org/10.12973/eurasia.2017.00744a>
- Macintyre, P. D., & Vincze, L. (2017). Positive and negative emotions underlie motivation for L2 learning. *Studies in Second Language Learning and Teaching*, 7(1), 61–88. <https://doi.org/10.14746/ssl.2017.7.1.4>
- Malm, C., Jakobsson, J., & Isaksson, A. (2019). Physical activity and sports—real health benefits: a review with insight into the public health of Sweden. *Sports*, 7(5), 127. <https://doi.org/10.3390/sports7050127>
- Mok, magdalena mo ching, Chin, M., Korcz, A., Popeska, B., Edginton, C. R., Uzunoz, F. S., Podnar, H., & Coetzee, D. (2020). Brain Breaks ® Physical Activity Solutions in the Classroom and on Attitudes toward Physical Activity : A Randomized Controlled Trial among Primary Students from Eight Countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1666), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051666>



- Putri, L. P. (2016). *Pengaruh status Gizi, Motivasi Belajar Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Peserta Didik MTs N Kepala Hilalang Kec.2x11 Kayutanam Kab.* Universitas Negeri Padang.
- Riyanto, P. (2020). Kontribusi Aktifitas Fisik, Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Journal Of Physical And Outdoor Education*, 2(1. P-ISSN), 2656–1883.
- Shin, M.-H. (2018). Effects of Project-based Learning on Students' Motivation and Self-efficacy. *English Teaching*, 73(1), 95–114. <https://doi.org/10.15858/engtea.73.1.201803.95>
- Supariasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sylvén, L. K., & Thompson, A. S. (2015). Language learning motivation and CLIL. *Journal of Immersion and Content-Based Language Education*, 3(1), 28–50. <https://doi.org/10.1075/jicb.3.1.02syl>
- Theodoriana, W. (2021). *Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar PJOK Pada Kelas Tinggi Di SDK Denge, Kabupaten Manggarai*.
- Widya. (2018). *Karya Nasional Pangan dan Gizi.. Standar Mutu dan Kecukupan Gizi*. WNPG-X. Jakarta.
- Wulf, G., & Lewthwaite, R. (2016). Optimizing performance through intrinsic motivation and attention for learning: The OPTIMAL theory of motor learning. *Psychonomic Bulletin and Review*, 23(5), 1382–1414. <https://doi.org/10.3758/s13423-015-0999-9>
- Zahrotun, N., & Ansori, I. (2020). Hubungan Motivasi Dan Disiplin Belajar Terhadap Hasil Belajar Mupel PJOK. *Joyful Learning Journal*, 9(1).
- Zul, I., Dkk, & Dkk. (2022). Pengaruh Kebugaran Jasmani, Status Gizi, dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar PJOK. *Journal of Elementary Education*, 6(3), 2580 – 3735.