

ABSTRAK

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KEMAMPUAN MOTORIK DENGAN KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS VII MTs MUHAMMADIYAH 06 PURBALINGGA

Siti Assiro

Latar Belakang : Kebugaran jasmani pada fase remaja awal penting untuk pertumbuhan dan perkembangan. Kebugaran jasmani dipengaruhi oleh status gizi dan kemampuan motorik. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan kemampuan motorik dengan kebugaran jasmani siswa kelas VII MTs Muhammadiyah 06 Purbalingga.

Metodologi : Jenis penelitian korelasional menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi seluruh siswa kelas VII MTs Muhammadiyah 06 Purbalingga sejumlah 60 siswa dan sampel 30 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah standar antropometri IMT/U untuk mengetahui status gizi, *Barrow Motor Ability* Tes untuk mengetahui kemampuan motorik dan MFT untuk mengetahui kebugaran jasmani. Teknik analisis data menggunakan uji *pearson product moment* dan korelasi ganda.

Hasil Penelitian : Terdapat hubungan antara status gizi dengan kebugaran jasmani ($p=0,026$). Terdapat hubungan antara kemampuan motorik dengan kebugaran jasmani ($p=0,000$). Terdapat hubungan antara status gizi dan kemampuan motorik dengan kebugaran jasmani ($p=0,001$; $R=0,638$ menunjukkan tingkat korelasi yang kuat. Rumus persamaan yang dihasilkan yaitu $Y' = 10,86 + 0,51 X_1 + 0,037 X_2$.

Kesimpulan : Terdapat hubungan antara status gizi dan kemampuan motorik dengan kebugaran jasmani siswa kelas VII MTs Muhammadiyah 06 Purbalingga.

Kata Kunci : *Hubungan, Status Gizi, Kemampuan Motorik, Kebugaran Jasmani.*

ABSTRACT

THE CORRELATION OF NUTRITION STATUS AND MOTOR ABILITY WITH THE PHYSICAL FITNESS OF VII GRADE STUDENTS MTs MUHAMMADIYAH 06 PURBALINGGA

Siti Assiro

Background: Physical fitness in early adolescence is important for growth and development. Physical fitness is influenced by nutritional status and motor skills. This study aims to determine the correlations between nutritional status and motor skills with the physical fitness of grade VII students of MTs Muhammadiyah 06 Purbalingga.

Methodology: This type of correlational research uses approach *cross sectional*. The entire population of class VII students of MTs Muhammadiyah 06 Purbalingga was 60 students and a sample of 30 students. The sampling technique used *purposive sampling*. The instrument used in this study was the BMI / U anthropometric standard to determine nutritional status, the *Barrow Motor Ability Test* to determine motor skills and MFT to determine physical fitness. The data analysis technique used the test *Pearson product moment* and multiple correlation.

Results: There was a correlation between nutritional status and physical fitness ($r = 0.406$; $p = 0.026$). There is a correlation between motor skills and physical fitness ($r = 0.606$; $p = 0.000$). There is a correlations between nutritional status and motor skills with physical fitness ($p = 0.001$; $R = 0.638$) indicates a strong correlation level. The formula resulting equation is $Y = 10.86 + 0.51X_1 + 0.037X_2$.

Conclusion: There is a correlations between nutritional status and motor skills with the physical fitness of grade VII students at MTs Muhammadiyah 06 Purbalingga.

Keywords: Correlation, Nutritional Status, Motor Ability, Physical Fitness.