

KONTRIBUSI KONDISI FISIK TERHADAP KETERAMPILAN DASAR SENAM MAHASISWA PKO 2018 FIK UNY

Oleh: Ratna Budiarti, Endang Rini Sukanti, Risti Nurfadhila

ABSTRAK

Latar Belakang: kurang maksimalnya hasil belajar gerak mahasiswa PKO yang mengikuti matakuliah ketrampilan dasar senam menjadi bahan evaluasi. Peneliti berupaya untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan kurang maksimalnya hasil belajar. Tujuan: tujuan penelitian ini adalah mengetahui kontribusi kondisi fisik pada keterampilan dasar senam. Sample penelitian ini adalah seluruh mahasiswa PKO yang mengikuti mata kuliah keterampilan dasar senam berjumlah 84 orang, teknik sampling yang digunakan adalah population sampling. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes biomotor dan tes keterampilan. Hasil: bahwa secara keseluruhan kondisi fisik memberikan kontribusi pada penguasaan keterampilan dasar senam. Dari tujuh variabel bebas tersebut, terbukti yang mempunyai kontribusi signifikan ($p < 0,05$) terhadap keterampilan dasar senam mahasiswa PKO FIK UNY adalah Standing Balance, Vertical Jump, Push Up 60 detik, dan Sit Up 60 detik. Adapun Stand and Reach, Broad Jump, dan Side Step Agility tidak mempunyai kontribusi yang signifikan ($p > 0,05$) terhadap keterampilan dasar senam mahasiswa PKO FIK UNY.

Kata kunci: kondisi fisik, keterampilan dasar senam