

# 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*