

Pengaruh pelatihan olahraga tradisional Bali terhadap kebugaran jasmani siswa sekolah dasar

I Kadek Happy Kardiawan

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20407470&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh penerapan pelatihan olahraga tradisional Bali terhadap kebugaran jasmani siswa sekolah dasar kelas Iv SD Laboratorium Undiksha, Singaraja Bali. Adanya pengaruh dilihat dari perbedaan kebugaran jasmani antara siswa yang diberikan olahraga tradisional Bali. Adanya pengaruh dilihat dari perbedaan kebugaran jasmani antara siswa yang diberikan olahraga tradisional Bali, model senam aktivitas, dan pembelajaran olahraga yang biasa dilakukan di SD Laboratorium Undiksha sebagai kontrol. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan Randomized Control Group Pretest-Posttest Design. Subjek penelitian ini adalah siswa putra kelas IV SD Laboratorium Undiksha yang berjumlah 36 orang yang dibagi menjadi 3 kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 12 orang yang ditentukan secara random. Data kebugaran jasmani siswa dianalisis dengan menggunakan ANAVA satu jalur dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kebugaran jasmani antara siswa yang diberikan perlakuan pelatihan olahraga tradisional Bali, senam aktivitas, dan kontrol. Pelatihan olahraga tradisional Bali memberikan pengaruh yang lebih baik daripada model senam aktivitas dan kontrol.