

SERTIFIKAT

Kementerian Riset dan Teknologi/
Badan Riset dan Inovasi Nasional



Petikan dari Keputusan Menteri Riset dan Teknologi/
Kepala Badan Riset dan Inovasi Nasional
Nomor 200/M/KPT/2020
Peringkat Akreditasi Jurnal Ilmiah Periode III Tahun 2020
Nama Jurnal Ilmiah
Jurnal Sporta Saintika
E-ISSN: 25795910

Penerbit: prodi ilmu keolahragaan jurusan kesehatan dan rekreasi universitas negeri padang

Ditetapkan sebagai Jurnal Ilmiah

TERAKREDITASI PERINGKAT 3

Akreditasi Berlaku selama 5 (lima) Tahun, yaitu
Volume 5 Nomor 2 Tahun 2020 sampai Volume 10 Nomor 1 Tahun 2025

Jakarta, 23 Desember 2020

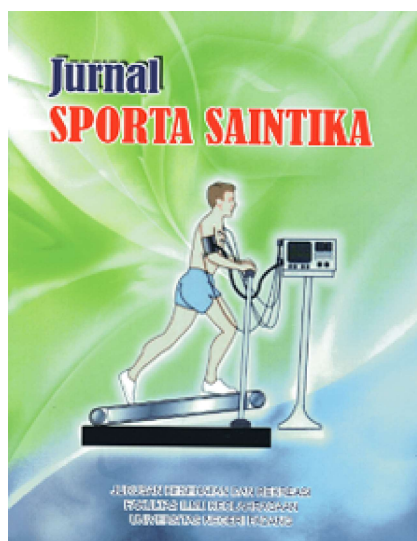
Menteri Riset dan Teknologi/
Kepala Badan Riset dan Inovasi Nasional
Republik Indonesia,



Bambang P. S. Brodjonegoro
Bambang P. S. Brodjonegoro



[Current](#) . [Archives](#) . [About](#)



Print ISSN [2502-5651](#)

Online ISSN [2579-5910](#)

DOI Prefix 10.24036

Publisher Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Editor in Chief [Windo Wiria Dinata Scopus ID: 57963217800](#)

Frequency 2 issues per year

Focus & Scope Journal of Sport Science aims to facilitate interaction, discussion, and updating ideas from scientists of Sport in Indonesia. The Sporta Saintika Journal contains empirical research in sports science. We are welcome a research article, theoretical, policy review, or methodological review, to submit to our journal in the following research scope: **Sports Science, Sports Education, Sports Recreation, Sports Tourism, Sports Nutrition , Sports Coaching, Sports Health**

The Sporta Saintika Journal is a scientific publication in sports and health related to the fields of sports science, sports education, sports health, sports tourism, sports regulations and policies, nutrition and public health as well as sports performance / sports training. The publication of the Journal of Sporta Saintika aims to facilitate interaction, discussion and updating of ideas from sports scientists in Indonesia. The Journal of Sporta Saintika contains empirical research in the field of sports science.

The journal Sporta Saintika is published twice in publications (March and September)

[Current](#) [Archives](#) [About](#) [Home](#) / [Editorial Team](#)

Editor in chief : [Windo Wiria Dinata](#) [Scopus ID: 57963217800](#) (Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia)

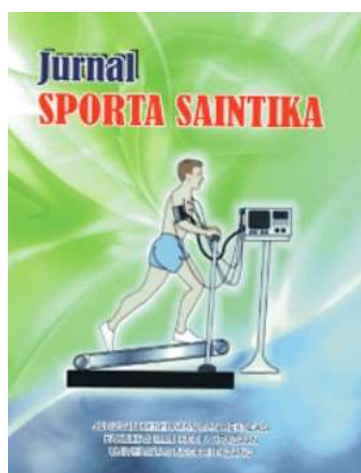
Editor..... :

- [Sepriadi](#) [Scopus ID: 57214913459](#) (Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia)
- [Yanuar Kiram](#) [Scopus ID : 57202287440](#) (Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia)
- [Abdul Azis Hakim](#) [Scopus ID : 57247713000](#) (Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia)
- [Tarsyad Nugraha](#) (Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia)
- [Mustika Fitri](#) [Scopus ID: 57193796747](#) (Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia)
- [Erwin Setyo Kriswanto](#) [Scopus ID: 57210840887](#) (Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia)
- [Muhamad Sazeli Rifki](#) [Scopus ID: 57215087756](#) (Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia)
- [Slamet Raharjo](#) [Scopus ID: 57216540696](#) (Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia)
- [Agus Rusdiana](#) [Scopus ID: 57216643240](#) (Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia)
- [Ramdan Pelana](#) [Scopus ID: 57202117393](#) (Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia)

Admin..... :

- Alfi Muharel Effandy (Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia)

Akreditasi Sinta 3

[Current](#) [Archives](#) [About](#) [Home](#) / [Archives](#) / [Vol 7 No 1 \(2022\): Jurnal Sporta Saintika Edisi Maret 2022](#)**Published:** 2022-03-31

Artikel

[Profil Aktivitas Fisik dan Perilaku Sedentary Mahasiswa Saat Pandemi COVID-19 Di Pulau Jawa](#)

Sofia Dwi Meilina, Donny Ardy Kusuma

1-17



PDF

[Efek Program Movement Education Model pada Perkembangan Fundamental Movement skill siswa](#)

Jajang Nurjaman, Edi Setiawan, Adi Rahadian, Ervan Kastrena, Deddy Whinata Kardiyanto, Ruslan Abdul Gani

18-32



PDF

Pengaruh persentase lemak tubuh terhadap kapasitas aerobik atlet sepak bola profesional

Syania Shabrina, Dhoni Akbar Ghozali, Dwi Rahayu

33-45



PDF

Pengaruh Metode Latihan Medicine Ball dan Push-Up Terhadap Daya Ledak Otot lengan Atlet Karate

Septri Septri, Jeki Haryanto, Dwi happy anggiasari

46-59



PDF

Kondisi Psikologis Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjas Pada Kelas Tatap Muka Terbatas

Yahya Eko Nopiyanto, Dian Pujiyanto, Ibrahim Ibrahim

60-69



PDF

Terapi Dosis Madu diberbagai Jenis Berat Badan dalam Upaya Peningkatan Daya Tahan

Anggun Permata Sari, Arif Fadli Muchlis

70-83



PDF

Gambaran Sikap dan Dukungan Keluarga dalam Kepatuhan Penerapan Protokol Kesehatan COVID-19 pada Atlet Basket

Salma Sabira, M Sakundarno Adi, Nissa Kusarjana, M Arie Wurjanto

84-97



PDF

Pengaruh Latihan Teratur Terhadap Kadar Circulating Endothelial Cells (Cec) Tikus Strain Wistar

Rias Gesang Kinanti, Ahmad Abdullah, Mochammad Yunus

98-110



PDF

Efektivitas Latihan Small Side Games Terhadap Keterampilan Shooting Siswa SSB Usia 12 Tahun

Aldo Naza Putra, Haripah Lawanis, Faridatul 'ala, Ridho Bahtra

111-120



PDF

Pengaruh Pembelajaran Blended Learning Terhadap Peningkatan Fleksibilitas Togok Dalam Pembelajaran Senam Lanjutan

Firdaus Hendry Prabowo Yudho

121-131



PDF



Profil Aktivitas Fisik dan Perilaku *Sedentary* Mahasiswa Saat Pandemi COVID-19

Sofia Dwi Meilina¹, Donny Ardy Kusuma²

Pendidikan Keperawatan Olahraga

Fakultas Ilmu Olahraga dan Universitas Negeri Surabaya

E-mail: Sofiameilina230@gmail.com

ABSTRAK

Penyebaran COVID-19 di Indonesia meningkat signifikan. Pandemi atau masyarakat menyebutnya COVID-19 berdampak luas pada kesehatan masyarakat. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengatakan virus corona baru menyebar dengan cepat sebagai pandemi. COVID-19 memiliki dampak yang cukup besar, seperti perilaku menetap, dan tingkat aktivitas fisik yang buruk. Dibuktikan dalam studi multi-benua ($n = 1047$) di antara orang dewasa menunjukkan bahwa selama pandemi COVID-19, waktu duduk harian meningkat sebesar 28,6% dan frekuensi dan durasi aktivitas fisik menurun masing-masing sebesar 24% dan 33,5%. Metode penelitian ini menggunakan survei google survey pada semua mahasiswa di Jawa, yang notabene masih tercatat sebagai mahasiswa aktif dalam perkuliahan. Sehingga hasil survei yang diberikan dapat digunakan sebagai gambaran aktivitas fisik dan perilaku *sedentary* semua mahasiswa. Survei ini menggunakan *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) yang dilakukan dari 20 Oktober hingga 10 September 2021. Dari hasil survei yang dilakukan akan diproses di excel dengan perhitungan rumus IPAQ. Hasil survei menggunakan kuesioner IPAQ dianalisis menggunakan analisis samar menggunakan aplikasi SPSS. Hasil penelitian yang diperoleh pada siswa aktif di Jawa dengan rentang usia rata-rata 21-25 tahun dalam melakukan aktivitas fisik, sebanyak (4%) dengan melakukan aktivitas fisik ringan, (85%) melakukan aktivitas fisik sedang, dan (16%) melakukan aktivitas fisik berat. Perilaku menetap sering sebanyak (62,9%) dan sisanya memiliki banyak perilaku menetap (37,1%).

Kata kunci: aktivitas fisik, perilaku menetap, COVID-19, pandemi, Kuesioner Aktivitas Fisik Internasional (IPAQ).

ABSTRACT

The spread of COVID-19 in Indonesia has increased significantly. Pandemic or community calls it COVID-19 has a wide impact on public health. The World Health Organization (WHO) says the new coronavirus is spreading rapidly as a pandemic. COVID-19 has considerable impacts, such as sedentary behavior,



Efek Program *Movement Education Model* pada Perkembangan *Fundamental Movement skill* siswa

Jajang Nurjaman¹, Edi Setiawan¹, Adi Rahadian¹, Ervan Kastrena¹, Deddy Whinata Kardiyanto², Ruslan Abdul Gani³

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Suryakencana

²Fakultas Keolahragaan Universitas Sebelas Maret

³Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Singaperbangsa

e-mail: adira@unsur.ac.id; edisetiawanmpd@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya *fundamental movement skill* yang dimiliki siswa saat ini. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efek program *movement education model* terhadap peningkatan *fundamental movement skills*. Metode dalam penelitian ini bersifat eksperimen dengan penggunaan *one group pre-test and post-test design*. Subjek berasal dari siswa di SMP Al-Azami yang berjumlah 101 kemudian dipilih secara *cluster random* dan terpilih siswa kelas VII-A dan VIII-B (N=41). Instrumen *Fundamental Movement Skill* menggunakan tes *locomotor*, *object-control* dan *stability*. Program intervensi *movement education model* dilakukan selama 9 kali pertemuan. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS yang bertujuan mencari nilai minimum, maksimal, mean dan standar deviasi, normalitas, homogenitas dan paired sample t-test. Hasil temuan utama menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari *movement education model* terhadap peningkatan *fundamental movement skills* ($P < 0.05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *movement education model* yang diintegrasikan ke dalam pendidikan jasmani terbukti dapat merubah *fundamental movement skills* menjadi lebih baik dari pada sebelumnya.

Kata Kunci: *Movement education, Fundamental movement skills, Experimental*

ABSTRACT

This research is motivated by the low fundamental movement skills possessed by students today. The purpose of this study is to examine the effect of the movement education model program on improving fundamental movement skills. The method in this research is experimental with the use of one group pre-test and post-test design. The subjects came from 101 students at Al-Azami Junior High School, then they were selected in a random cluster and the