

ABSTRAK

Tingkat Kondisi Fisik Mahasiswa Penjaskesrek STKIP PGRI Sumenep Angkatan Tahun 2018. 2019. Khoirrofi, Imam

Kata kunci :Kondisi fisik, Mahasiswa, Penjaskesrek.

Mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi. Mahasiswa penjaskesrek dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu pendidikan jasmani dan olahraga di perguruan tinggi. Mahasiswa Penjaskesrek STKIP PGRI Sumenep adalah individu-individu dari berbagai daerah dan kepulauan di Kabupaten Sumenep yang memiliki kondisi lingkungan, pekerjaan, kebiasaan hidup, serta keadaan ekonomi beragam yang dapat berpengaruh terhadap kebugaran jasmani tiap individu. Mahasiswa Penjaskesrek STKIP PGRI Sumenep angkatan 2018 memiliki beragam prestasi dalam bidang olahraga diantaranya juara turnamen futsal antar program studi. Penelitian penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik Mahasiswa Penjaskesrek STKIP PGRI Sumenep angkatan tahun 2018.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei terhadap 38 mahasiswa penjaskesrek 2018 STKIP PGRI Sumenep. Teknik pengumpulan data menggunakan tiga item yaitu tes kecepatan, kelincahan, dan daya tahan.

Hasil penelitian menunjukkan kondisi fisik mahasiswa penjaskesrek 2018 STKIP PGRI Sumenep pada tes kecepatan lari 60 meter putra rata-rata 8,57% dan termasuk kategori **sedang**. Tes kelincahan *shuttle run* putra rata-rata sebanyak 13,43% dan termasuk kategori **baik**. Tes daya tahan *MFT* putra rata-rata sebanyak 32,93% dan termasuk kategori **buruk**. Sedangkan pada tes kecepatan lari 60 meter putri rata-rata 10,17% dan termasuk kategori **sedang**. Tes kelincahan *shuttle run* putri rata-rata sebanyak 13,25% dan termasuk kategori **baik**. Tes daya tahan *MFT* putri rata-rata sebanyak 27,64% dan termasuk kategori **buruk**.