

## ABSTRAK

**Luh Riani** (2026), *Pengaruh Permainan Tradisional Bali Terhadap Peningkatan Keseimbangan Tubuh Ditinjau Dari Indeks Massa Tubuh (IMT) Siswa Sekolah Dasar*. Tesis, Pendidikan Olahraga, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Tesis ini sudah dikoreksi dan diperiksa oleh Pembimbing Utama: Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P. dan Pembimbing Pendamping: Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P.

*Kata-kata kunci:* Megoak-Goakan, Mesiap-Siapan, Keseimbangan Tubuh, IMT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) perbedaan signifikan hasil belajar kebugaran jasmani antara siswa yang menggunakan model permainan megoak-goakan dengan siswa yang mengikuti model permainan mesiap-siapan, 2) interaksi antara model permainan megoak-goakan, mesiap-siapan dan IMT terhadap hasil belajar keseimbangan tubuh siswa, 3) perbedaan hasil belajar Keseimbangan Tubuh siswa yang menggunakan model permainan megoak-goakan dan mesiap-siapan ditinjau dari IMT gemuk, 4) perbedaan hasil belajar keseimbangan tubuh siswa yang menggunakan model permainan megoak-goakan dan mesiap-siapan ditinjau dari IMT kurus.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan rancangan *treatment by level 2x2*. Model permainan megoak-goakan dan model permainan mesiap-siapan sebagai variabel bebas, hasil belajar keseimbangan tubuh sebagai variabel terikat dan IMT sebagai variabel moderatornya. Jumlah sampel penelitian 60 orang siswa. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini 1) IMT dan 2) hasil belajar keseimbangan tubuh. Data dianalisis dengan statistik inferensial menggunakan uji ANAVA dua jalur dan dilanjutkan dengan uji Tukey HSD.

Hasil penelitian menunjukkan, (1) terdapat perbedaan signifikan hasil belajar keseimbangan tubuh antara siswa dengan model permainan megoak-goakan dengan siswa yang mengikuti model permainan mesiap-siapan ( $P\text{-value: } 0,00 < 0,05$ ), (2) terdapat interaksi antara model permainan dan IMT terhadap hasil belajar keseimbangan tubuh ( $P\text{-value: } 0,00 < 0,05$ ), (3) pada siswa dengan IMT gemuk, hasil belajar keseimbangan tubuh lebih baik pada kelompok mesiap-siapan dibandingkan kelompok megoak-goakan ( $P\text{-value: } 0,00 < 0,05$ ) serta pada siswa dengan IMT kurus, hasil belajar keseimbangan tubuh lebih baik pada kelompok mesiap-siapan dibandingkan kelompok megoak-goakan ( $P\text{-value: } 0,04 < 0,05$ ).

## **ABSTRACT**

**Luh Riani** (2026), *The Effect of Traditional Balinese Games on Improving Body Balance as Reviewed by Elementary School Students' Body Mass Index (BMI). Thesis, Physical Education, Postgraduate Program, Ganesha University of Education.*

*This thesis has been corrected and checked by the Main Supervisor: Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P. and the Assistant Supervisor: Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P.*

*Keywords: Megoak-Goakan, Mesiap-Siapan, Body Balance, BMI*

*This study aims to determine: 1) significant differences in physical fitness learning outcomes between students who use the megoak-goakan game model and students who follow the mesiap-siapan game model, 2) interactions between the megoak-goakan, mesiap-siapan and BMI game models on students' body balance learning outcomes, 3) differences in body balance learning outcomes of students who use the megoak-goakan and mesiap-siapan game models in terms of overweight BMI, 4) differences in body balance learning outcomes of students who use the megoak-goakan and mesiap-siapan game models in terms of underweight BMI.*

*This research is a quasi-experimental study with a 2x2 treatment by level design. The megoak-goakan game model and the mesiap-siapan game model are the independent variables, the learning outcomes of body balance are the dependent variable, and BMI is the moderator variable. The number of research samples is 60 students. The data collected in this study are 1) BMI and 2) learning outcomes of body balance. The data were analyzed using inferential statistics using a two-way ANOVA test and continued with the Tukey HSD test.*

*The results of the study showed, (1) there was a significant difference in the results of learning about body balance between students who used the megoak-goakan game model and students who followed the mesiap-siapan game model ( $P\text{-value: } 0.00 < 0.05$ ), (2) there was an interaction between the game model and BMI on the results of learning about body balance ( $P\text{-value: } 0.00 < 0.05$ ), (3) in students with a fat BMI, the results of learning about body balance were better in the mesiap-siapan group compared to the megoak-goakan group ( $P\text{-value: } 0.00 < 0.05$ ) and in students with a thin BMI, the results of learning about body balance were better in the mesiap-siapan group compared to the megoak-goakan group ( $P\text{-value: } 0.04 < 0.05$ ).*