

USULAN PENELITIAN PENUGASAN 2023



Judul:

ANALISIS PERILAKU SEDENTARY GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN SEKOLAH DASAR DI DIY

Diusulkan Oleh

Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes./NIP. 19751018 200501 1 002

Ranintya Meikahani, M.Pd./NIP. 19920516 201903 2 027

Aziza Puspadewi Safitri/NIM. 22604251018

Dennis Dwi Kurniawan/NIM. 20608261017

Uki Ari Puji Lestari/NIM. 20604224052

Shofa Dewi Rahma Syifa Suswanto Tri Putri/NIM. 20604224056

Ahmad Amirul Aziz/NIM. 20604224065

DIREKTORAT RISET DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2023

**LEMBAR PENGESAHAN  
PROPOSAL PENELITIAN PENELITIAN PENUGASAN 2023**

1. Judul Penelitian : Analisis Perilaku "Sedentary" Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar di DIY
2. Ketua Peneliti :
- a. Nama lengkap : Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes.
- b. Jabatan : Guru Besar
- c. Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S2
- d. Alamat : Tlogo Lor RT.24 RW.07 Nomor 33 Tlogo Prambanan, Klaten, Jawa Tengah
- e. Telepon : +6285292666633
- f. e-mail : erwin\_sk@uny.ac.id
3. Bidang Keilmuan : Pendidikan
4. Skim : PENELITIAN PENUGASAN 2023
5. Tema Penelitian Payung : Pendidikan kearifan lokal berwawasan global
6. Sub Temap Penelitian Payung :
7. Kelompok Peneliti :

No	Nama, Gelar	NIP	Bidang Keahlian
1.	Ranintya Meikahani, M.Pd.	19920516 201903 2 027	Aktivitas Ritmik

8. Mahasiswa yang terlibat :

No	Nama	NIM	Prodi
1.	Aziza Puspawati Safitri	22604251018	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
2.	Dennis Dwi Kurniawan	20608261017	Ilmu Keolahragaan
3.	Uki Ari Puji Lestari	20604224052	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
4.	Shofa Dewi Rahma Syifa Suswanto Tri Putri	20604224056	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
5.	Ahmad Amirul Aziz	20604224065	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

9. Lokasi Penelitian : Sekolah dasar di DIY
10. Waktu Penelitian : 11 Mei 2023 s/d 29 September 2023
11. Dana yang diusulkan : Rp. 40.000.000,00



Mengetahui,  
Direktur DRPM,

Prof. Dr. Samsul Hadi, M.Pd., M.T.  
NIP. 196005291984031003

Yogyakarta, 26 April 2023  
Ketua Pelaksana

  
Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.  
NIP. 197510182005011002

## **PROPOSAL PENELITIAN**

### 1. JUDUL PENELITIAN

Analisis Perilaku “Sedentary” Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar di DIY

Bidang Fokus RIRN / Bidang Unggulan Perguruan Tinggi	Tema	Topik (jika ada)	Rumpun Bidang Ilmu
Sosial Humaniora, Pendidikan, Seni dan Budaya			Pendidikan

Kategori (Kompetitif Nasional/ Desentralisasi/ Penugasan)	Skema Penelitian	Strata (Dasar/ Terapan/ Pengembangan)	SBK (Dasar, Terapan, Pengembangan)	Target Akhir TKT	Lama Penelitian (Tahun)
Penugasan	Penelitian Guru Besar DIPA UNY	Dasar	Dasar		1

### 2. IDENTITAS PENGUSUL

Nama, Peran	Perguruan Tinggi/ Institusi	Program Studi/ Bagian	Bidang Tugas	ID Sinta	H-Index
Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.	UNY/FIKK	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar	Melakukan, mengontrol dan mengawasi penelitian	19634	8
Ranintya Meikahani, M.Pd.	UNY/FIKK	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar	Mempersiapkan, melaksanakan, mengumpulkan dan menganalisa data penelitian	6023554	2
Dennis Dwi Kurniawan	UNY/FIKK	Ilmu Keolahragaan	Mempersiapkan, melaksanakan, mengumpulkan dan menganalisa data penelitian	6725571	
Aziza Puspadewi Safitri	UNY/FIKK	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar	Mempersiapkan, melaksanakan, mengumpulkan dan menganalisa data penelitian		
Uki Ari Puji Lestari	UNY/FIKK	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar	Mempersiapkan, melaksanakan, mengumpulkan dan menganalisa data penelitian		
Shofa Dewi Rahma Syifa Suswanto Tri Putri	UNY/FIKK	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar	Mempersiapkan, melaksanakan, mengumpulkan dan menganalisa data penelitian		
Ahmad Amirul Aziz	UNY/FIKK	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar	Mempersiapkan, melaksanakan, mengumpulkan dan menganalisa data penelitian		

### 3. MITRA KERJASAMA PENELITIAN (JIKA ADA)

Pelaksanaan penelitian dapat melibatkan mitra kerjasama, yaitu mitra kerjasama dalam melaksanakan penelitian, mitra sebagai calon pengguna hasil penelitian, atau mitra investor.

Mitra	Nama Mitra

### 4. LUARAN DAN TARGET CAPAIAN

#### Luaran Wajib

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status target capaian ( <i>accepted, published, terdaftar atau granted, atau status lainnya</i> )	Keterangan ( <i>url dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan sejenis lainnya</i> )
2023	Artikel	Accepted	<a href="https://tmfv.com.ua/journal">https://tmfv.com.ua/journal</a> , Physical Eduation Theory and Methodology, OVS LLC Publisher, Print ISSN 1993-7989   Online ISSN 1993-7997 <b>SCOPUS-Q2</b>

#### Luaran Tambahan

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status target capaian ( <i>accepted, published, terdaftar atau granted, atau status lainnya</i> )	Keterangan ( <i>url dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan sejenis lainnya</i> )
2023	Artikel	Presented	YISHPESS 2023

### 5. ANGGARAN

Rencana anggaran biaya penelitian mengacu pada PMK yang berlaku dengan besaran minimum dan maksimum sebagaimana diatur pada buku Panduan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Edisi 12.

**Total RAB 40.000.000,-**

Jenis Pembelanjaan	Komponen	Item	Satuan	Vol.	Biaya Satuan	Total
Bahan	ATK	foto copy, bolpoint, kertas	paket	1	1.000.000	2.800.000
Pengumpulan Data	FGD persiapan penelitian	FGD mencari jurnal internasional bereputasi	paket	8	300.000	2.400.000
Pengumpulan Data	Uang Transport	Pengambilan Data	OH	10 x 10	150.000	15.000.000
Pengumpulan Data	HR Sekretariat/Administrasi Peneliti	Rekap pengumpulan data FGD	OH	5	200.000	1.000.000
Pengumpulan Data	HR analisis Data	Analisis Data	OH	4	400.000	1,600.000
Pelaporan, Luaran Wajib, dan Luaran Tambahan	Uang harian rapat di luar kantor	rapat penyusunan artikel untuk seminar nasional	OH	8	300.000	2.400.000
Pelaporan, Luaran Wajib, dan Luaran Tambahan	Uang harian rapat di luar kantor	rapat penyusunan laporan	OH	12	300.000	3.600.000
Pelaporan, Luaran Wajib,	Biaya seminar internasional	Biaya seminar internasional	paket	1	3.000.000	3.000.000

<b>Jenis Pembelian</b>	<b>Komponen</b>	<b>Item</b>	<b>Satuan</b>	<b>Vol.</b>	<b>Biaya Satuan</b>	<b>Total</b>
dan Luaran Tambahan						
Pelaporan, Luaran Wajib, dan Luaran Tambahan	Publikasi artikel di Jurnal Internasional	Publikasi artikel di Jurnal Internasional	paket	1	7.200.000	8.200.000
<b>TOTAL</b>						<b>Rp. 40.000.000</b>



**Isian Substansi**

## PROPOSAL PENELITIAN

Petunjuk: Pengusul hanya diperkenankan mengisi di tempat yang telah disediakan sesuai dengan petunjuk pengisian dan tidak diperkenankan melakukan modifikasi template atau penghapusan di setiap bagian.

---

### RINGKASAN

Ringkasan penelitian tidak lebih dari 500 kata yang berisi latar belakang penelitian, tujuan dan tahapan metode penelitian, luaran yang ditargetkan, serta uraian TKT penelitian yang diusulkan.

Perilaku sedentary dapat terjadi pada semua orang termasuk guru, khususnya bagi mereka yang pekerjaannya melibatkan waktu duduk yang cukup lama, seperti mengajar di kelas atau bekerja di depan computer/laptop untuk keperluan pengolahan data dan rencana pembelajaran. Bahkan, perilaku sedentary juga bisa terjadi pada guru PJOK. Dalam situasi pandemi Covid-19, guru PJOK mengalami perubahan dalam pola kerja, seperti mengajar secara online atau jarak jauh, yang dapat memperburuk kecenderungan perilaku sedentary. Adanya kemajuan teknologi juga dapat berdampak pada peningkatan risiko perilaku sedentary bagi guru, karena kemudahan akses dan penggunaan teknologi dapat membuat mereka menghabiskan lebih banyak waktu duduk di depan komputer atau perangkat teknologi lainnya. Perilaku sedentary yang melibatkan duduk atau berbaring dalam waktu lama telah terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan indeks massa tubuh (IMT) atau obesitas. Hal ini disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik yang memadai yang dapat memperlambat metabolisme tubuh dan mengurangi pembakaran kalori, sehingga menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh. Oleh karena itu, sangat penting bagi setiap orang, termasuk guru, untuk mengurangi perilaku sedentary dan meningkatkan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan dan memperbaiki IMT. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku sedentary guru PJOK Sekolah Dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta. Pendekatan penelitian menggunakan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif menggunakan *survey* dan observasi untuk mengetahui data di lapangan. Populasi penelitian ini yaitu Guru PJOK Sekolah Dasar (SD) di Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data penelitian berupa kuesioner dan pedoman observasi. Teknik analisis data menggunakan analisis persentase. Hasil penelitian akan digunakan sebagai dasar langkah penelitian berikutnya.

### KATA KUNCI

Kata kunci maksimal 5 kata

[sedentary behaviour, Guru PJOK SD]

## LATAR BELAKANG

Latar belakang penelitian tidak lebih dari 500 kata yang berisi latar belakang dan permasalahan yang akan diteliti, tujuan khusus dan studi kelayakannya. Pada bagian ini perlu dijelaskan uraian tentang spesifikasi keterkaitan skema dengan bidang fokus atau renstra penelitian PT.

Sedentary merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku menetap seperti duduk atau berbaring dalam waktu lama dan kurangnya aktivitas fisik [1]–[3]. Sedentary behavior dapat terjadi pada siapa saja, termasuk guru, terutama jika pekerjaan guru melibatkan banyak waktu duduk, seperti mengajar di kelas atau menghabiskan waktu di depan komputer/laptop untuk mengolah data atau membuat rencana pelajaran. Namun, sedentary behaviour pada guru dapat memiliki konsekuensi yang lebih besar dibandingkan dengan pekerjaan lain karena pekerjaan mereka melibatkan banyak waktu duduk atau berdiri dalam waktu lama. Kurangnya aktivitas fisik dan terlalu banyak duduk dapat meningkatkan risiko terkena berbagai penyakit kronis, seperti obesitas, diabetes, penyakit kardiovaskular, dan kanker [4]. Selain itu, sedentary behavior juga dapat menyebabkan kelelahan dan kurangnya produktivitas. Oleh karena itu, sangat penting bagi guru untuk memperhatikan pola aktivitas fisik mereka dan mencoba untuk mengatur jadwal kerja yang memungkinkan untuk bergerak secara teratur. Mereka dapat melakukan beberapa aktivitas fisik ringan selama jeda di antara jam mengajar, seperti berjalan-jalan atau melakukan peregangan. Selain itu, guru juga dapat memanfaatkan waktu luang di luar jam kerja untuk berolahraga atau melakukan aktivitas fisik lainnya seperti yoga, berenang atau bersepeda [5].

Sedentary behaviour juga dapat terjadi di kalangan guru PJOK. Adanya pandemi Covid-19, guru PJOK mengalami perubahan dalam pola kerja mereka, seperti mengajar secara online atau jarak jauh, yang bisa memperburuk kecenderungan perilaku sedentary [6]. Guru banyak memanfaatkan teknologi ketika mengajar saat pandemi bahkan hingga pasca pandemi. Teknologi telah mengubah cara guru mengajar dan mengelola kelas. Penggunaan perangkat lunak, alat bantu pembelajaran dan aplikasi pembelajaran yang terus berkembang memungkinkan guru untuk lebih efisien dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka, tetapi juga dapat mengakibatkan peningkatan perilaku sedentary yang tidak sehat [7].

Kemajuan teknologi dapat berdampak pada peningkatan risiko sedentary bagi guru karena kemudahan akses dan penggunaan teknologi dapat membuat mereka menghabiskan lebih banyak waktu duduk di depan komputer atau perangkat teknologi lainnya [8]. Guru dapat menghabiskan waktu yang lebih lama dalam menyiapkan rencana pelajaran, mengevaluasi tugas siswa atau mengikuti pelatihan online yang membutuhkan waktu duduk yang lama.

Sedentary behavior atau perilaku yang melibatkan duduk atau berbaring dalam waktu lama telah terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan indeks massa tubuh (IMT) atau obesitas [9]. Ini karena kurangnya aktivitas fisik yang memadai dapat memperlambat metabolisme tubuh dan mengurangi pembakaran kalori, sehingga menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh.

Berdasarkan penelitian, orang yang lebih sering duduk atau berbaring dalam waktu lama cenderung memiliki IMT yang lebih tinggi daripada mereka yang lebih aktif secara fisik [10]. Oleh karena itu, sangat penting bagi setiap orang, termasuk guru PJOK untuk mengurangi sedentary behavior dan meningkatkan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan dan memperbaiki IMT. Kebiasaan sehari-hari seperti berjalan-jalan singkat selama jeda di antara jam mengajar, menggunakan tangga daripada lift, atau bersepeda ke sekolah dapat membantu mengurangi perilaku sedentary dan meningkatkan aktivitas fisik. Selain itu, olahraga rutin

seperti jogging, berenang atau latihan kekuatan juga dapat membantu meningkatkan metabolisme tubuh dan membakar kalori.

Berdasarkan beberapa permasalahan di atas, sangatlah penting untuk diteliti terkait Analisis Perilaku “Sedentary” Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Sekolah Dasar di DIY.

## TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan pustaka tidak lebih dari 1000 kata dengan mengemukakan *state of the art* dalam bidang yang diteliti/teknologi yang dikembangkan. Bagan dapat dibuat dalam bentuk JPG/PNG yang kemudian disisipkan dalam isian ini. Sumber pustaka/referensi primer yang relevan dan dengan mengutamakan hasil penelitian pada jurnal ilmiah dan/atau paten yang terkini. Disarankan penggunaan sumber pustaka 10 tahun terakhir.

### Sedentary Behaviour

Perilaku sedentary adalah ketika seseorang tetap dalam keadaan terjaga dan dalam posisi duduk, berbaring, yang dapat meningkatkan risiko terkena berbagai penyakit dan kematian secara mandiri [11]. Perilaku menetap ditandai dengan pengeluaran energi  $\leq 1,5$  METs pada posisi duduk atau berbaring [12]. Perilaku menetap dapat berbasis layar (TV, komputer, smartphone, game) atau berbasis non-layar (membaca buku, pekerjaan rumah berbasis kertas) [13]. Perilaku menetap memiliki dampak langsung pada hasil metabolisme, sedangkan dampak lain mungkin tergantung pada aktivitas yang dilakukan saat tidak banyak bergerak [14].

Melakukan aktivitas fisik secara teratur tidak hanya dapat mengurangi risiko kematian, tetapi juga mendukung pertumbuhan dan penuaan yang sehat serta mencegah terjadinya banyak penyakit kronis. Dalam abad terakhir, modernisasi dan otomatisasi masyarakat telah memunculkan peluang dan perilaku yang menetap. Namun, ketidakaktifan belakangan ini dianggap sebagai faktor risiko utama kematian, terlepas dari tingkat aktivitas fisik dan 5,3 juta kematian dikaitkan dengan kurangnya aktivitas fisik. [15].

Perilaku menetap tidak termasuk dalam rekomendasi Global 2010 tentang aktivitas fisik untuk kesehatan [16]. Karena kurangnya bukti spesifik populasi, dasar bukti utama untuk menilai hubungan antara perilaku menetap dan hasil kesehatan pada populasi orang dewasa yang lebih tua adalah literatur ilmiah yang sama yang disusun dan ditinjau untuk populasi orang dewasa karena sebagian besar penelitian menyatakan tidak ada kriteria batas usia atas [17] dan karena itu termasuk orang dewasa di atas usia 65 tahun. Temuan dari bukti tentang perilaku menetap pada populasi orang dewasa secara umum ditinjau, termasuk menilai apakah ada bukti bahwa hasilnya akan berbeda, atau tidak akan berlaku, atau akan dikontraindikasikan, untuk orang dewasa yang lebih tua [13].

Perilaku menetap adalah konstruksi yang berbeda dari aktivitas fisik, dengan kedua perilaku tersebut memiliki determinan yang berbeda. Studi tentang perilaku tidak aktif menjadi populer dan dia mendorong untuk melakukan lebih banyak penelitian tentang perilaku tidak aktif [15]. Mengikuti definisi tersebut, perilaku menetap mengacu pada aktivitas yang tidak meningkatkan pengeluaran energi secara substansial di atas tingkat istirahat (1,0 –1,5 METs) dan mencakup aktivitas seperti tidur, duduk, berbaring, menonton TV, dan bentuk hiburan berbasis layar lainnya [18].



Mempertimbangkan contoh-contoh perilaku sedentari ini, jelas bahwa dengan semakin tersedianya teknologi, orang-orang saat ini menghabiskan banyak waktu untuk sedentary dan kemungkinan waktu yang dihabiskan untuk sedentary bahkan akan terus meningkat. Sebagai gambaran, berdasarkan hasil American Time Use Survey (ATUS), ternyata menonton TV menyumbang sekitar setengah dari waktu senggang [19].

### **Guru PJOK Sekolah Dasar**

Guru merupakan sebuah profesi yang membutuhkan suatu keahlian khusus untuk mengajarkan suatu ilmu kepada peserta didik atau murid di suatu lembaga pendidikan misalnya sekolah [20]. Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah [21]. Dari beberapa definisi yang disampaikan dapat disimpulkan guru adalah sebutan bagi seorang yang memiliki ilmu pengetahuan, gerak dan sikap yang dapat dijadikan teladan siswa serta memiliki tanggung jawab mendidik siswa untuk menjadi manusia yang beradab dan berkompoten di bidang tertentu yang dikuasai [22]. Peran guru dalam kegiatan belajar mengajar adalah mendidik dan mengajar siswa, selain itu guru juga berperan sebagai korektor, pemberi informasi perkembangan ilmu pengetahuan, organisator, pendorong siswa semangat dan aktif belajar, pembimbing, dan juga sebagai evaluator proses belajar yang diberikan pada siswa [23].

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah suatu mata pelajaran yang mengupayakan fungsi gerak tubuh secara maksimal yang didalamnya memuat aspek pengetahuan, sikap, dan gerak yang ditanamkan untuk konsep diri yang baik [24]. Pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional [25]. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Diringkaskan dalam terminologi yang populer, maka tujuan pembelajaran pendidikan jasmani itu harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan tak kalah pentingnya dalam domain afektif [26].

Guru pendidikan jasmani merupakan faktor yang dominan dalam proses pendidikan di sekolah karena sering kali menjadi contoh oleh para siswanya [27]. Seorang guru pendidikan jasmani disamping memiliki profil dan persyaratan utama sebaiknya mempunyai persyaratan kompetensi pendidikan jasmani agar mampu melaksanakan tugas dengan baik [28], ialah:

- a. Memahami pengetahuan pendidikan jasmani sebagai bidang studi.
- b. Memahami karakteristik anak didiknya.
- c. Mampu membangkitkan dan memberi kesempatan anak didik untuk aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan mampu menumbuhkembangkan potensi kemampuan motorik dan keterampilan motorik.
- d. Mampu memberikan bimbingan dan mengembangkan potensi anak didik dalam proses pembelajaran untuk pencapaian tujuan pendidikan jasmani.
- e. Mampu merencanakan, melaksanakan, mengendalikannya dan menilai serta mengoreksi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.
- f. Memiliki pemahaman dan penguasaan kemampuan keterampilan motorik.
- g. Memiliki pemahaman tentang unsur-unsur kondisi fisik.
- h. Memiliki kemampuan untuk menciptakan, mengembangkan, dan memanfaatkan lingkungan yang sehat dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani.
- i. Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi potensi anak didik dalam berolahraga.

j. Mempunyai kemampuan untuk menyalurkan hobinya dalam berolahraga.

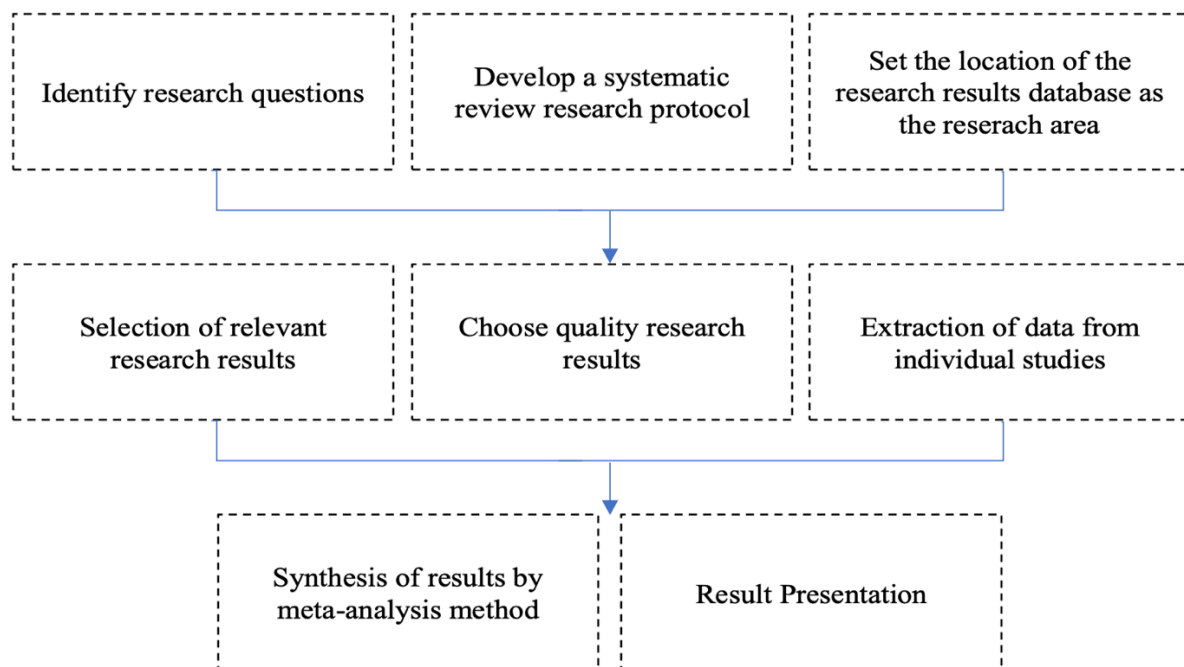
Dalam upaya membina gaya hidup sehat itu, terdapat sejumlah faktor yang terlibat. Guru pendidikan jasmani dan kesehatan menduduki posisi yang amat strategis dalam meletakkan dasar yang kuat bagi kualitas hidup sehat generasi di masa yang akan datang. Salah satunya menjadi role model dalam aktivitas fisik secara disiplin dan berkelanjutan, menjadi contoh gerak yang menguasai materi, dan teladan-teladan lain yang berupa sikap positif keolahragaan dalam implementasi kehidupan sehari-hari baik di lingkungan sekolah maupun di rumah [29].

## METODA

Metode atau cara untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan ditulis tidak melebihi 2000 kata. Bagian ini dilengkapi dengan diagram alir penelitian yang menggambarkan apa yang sudah dilaksanakan dan yang akan dikerjakan selama waktu yang diusulkan. Format diagram alir dapat berupa file JPG/PNG. Bagan penelitian harus dibuat secara utuh dengan penahapan yang jelas, mulai dari awal bagaimana proses dan luarannya, dan indikator capaian yang ditargetkan. Uraikan dengan jelas rencana untuk mencapai luaran yaitu tahun pertama berupa laporan *Feasibility Study* produk yang dikembangkan dan substansi produk iptek-sosbud ber-kekayaan intelektual dalam bentuk paten, paten sederhana, hak cipta, perlindungan varietas tanaman, atau desain tata letak sirkuit terpadu dan tahun kedua dan/atau ketiga berupa prototipe produk beserta dokumentasi hasil uji coba kinerja produk. Bagian ini harus juga menjelaskan tugas masing-masing anggota pengusul sesuai tahapan penelitian yang diusulkan.

### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *systematic review*. *Cross Sectional Survey* digunakan untuk mengetahui isu yang bersifat temporer dengan pengumpulan data cukup satu kali. Penelitian survei digunakan untuk memecahkan masalah-masalah isu skala besar yang aktual dengan populasi besar, sehingga diperlukan sampel ukuran besar (Widodo, 2008).



Gambar 3. 1 Desain Penelitian Groves, Robert M., Survey Methodology (2010)

## B. Tempat dan Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian analisis perilaku “sedentary” guru pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan sekolah dasar dilaksanakan di Daerah Istimewa Yogyakarta, meliputi Kabupaten Sleman, Kabupaten Kulon Progo, Kabupaten Gunungkidul, Kabupaten Bantul, dan Kota Yogyakarta. Adapun waktu penelitian dilaksanakan pada 11 Mei – 29 September 2023.

## C. Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel bertujuan (*sampling purposive*) sesuai dengan tujuan dan fokus penelitian. Subjek penelitian ini adalah para guru yang berasal dari sekolah dasar di wilayah kabupaten dan kota Yogyakarta. Jumlah sampel yang diharapkan dari subjek penelitian berjumlah 100 orang responden.

## D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan analisis perilaku “sedentary” guru pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan sekolah dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta adalah instrumen survey menggunakan kuesioner aktivitas fisik *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ). Adapun kisi-kisi instrumen penelitian ini disajikan dalam Tabel 3.2.

Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Kuesioner IPAQ

Variabel	Indikator	Butir Pertanyaan
Aktivitas Fisik	Aktivitas Fisik yang berhubungan dengan Pekerjaan	1-7
	Alat transportasi dalam Aktivitas Fisik	8-13
	Aktivitas fisik saat (rekreasi, olahraga, dan waktu berlibur)	14-19
	Waktu yang dihabiskan untuk duduk	20-21

## E. Analisis Data Penelitian

Analisis data yang digunakan dalam penelitian analisis perilaku sedentary guru pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan sekolah dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta ini terdiri dari beberapa langkah (Hastono, 2001);

### 1. *Editing*

Pada tahap ini dilakukan pemeriksaan ulang terhadap data yang diperoleh melalui pengisian survei menggunakan kuesioner seperti kelengkapan pengisian, konsistensi antara pertanyaan dan jawaban sehingga mengurangi terjadinya kesalahan pengisian dari setiap kuesioner.

### 2. *Coding*

Pada tahap ini dilakukan pemberian kode terhadap setiap jawaban dalam bentuk angka, nilai, atau bilangan. Hal ini bertujuan untuk mempermudah dalam pengolahan data yang diperoleh melalui pengisian survei menggunakan kuesioner.

### 3. *Procecing*

Data yang sudah diberi skor/ nilai kemudian dimasukkan ke dalam aplikasi SPSS untuk menghitung distribusi dan analisis data.

#### 4. *Cleaning*

Pada tahap ini, data dicek kembali apakah terdapat kesalahan atau tidak

#### 5. Analisis Data Deskriptif Statistik

Analisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Analisis ini hanya berupa akumulasi data dasar dalam bentuk deskripsi semata dalam arti tidak mencari atau menerangkan saling hubungan, menguji hipotesis, membuat ramalan, atau melakukan penarikan kesimpulan.

Analisis data pada kuesioner IPAQ disesuaikan dengan standar penilaian yang baku dengan rincian alur analisis sebagai berikut:

1. Indikator aktivitas fisik yang kategoris dan berkelanjutan dimungkinkan dari bentuk pendek IPAQ. Namun, mengingat distribusi pengeluaran energi yang tidak normal di banyak populasi, indikator kontinu disajikan sebagai menit median atau menit MET median daripada menit rata-rata atau menit MET rata-rata.
2. Partisipasi reguler adalah konsep kunci yang termasuk dalam pedoman kesehatan masyarakat saat ini untuk aktivitas fisik. Oleh karena itu, volume total dan jumlah hari/sesi disertakan dalam algoritme analisis IPAQ. Ada tiga tingkat aktivitas fisik yang disarankan untuk mengklasifikasikan populasi; ini adalah level baru yang diusulkan, yang mempertimbangkan konsep aktivitas fisik total dari semua domain. Level yang diusulkan adalah:
  - a. tidak aktif
  - b. aktif minimal
  - c. HEPA aktif (aktivitas fisik yang meningkatkan kesehatan; kategori aktif tinggi)

#### Skor berkelanjutan

Data yang dikumpulkan dengan IPAQ dapat dilaporkan sebagai pengukuran berkelanjutan dan dilaporkan sebagai menit MET median. Nilai median dapat dihitung untuk berjalan (W), aktivitas intensitas sedang (M), dan aktivitas intensitas kuat (V) menggunakan rumus berikut: Nilai MET dan Rumus perhitungan Met-minutes

Walking MET-minutes/week = 3,3 \* menit berjalan \* hari berjalan

Normal MET-menit/minggu sedang = 4,0 \* menit aktivitas intensitas sedang \* hari sedang

Intensitas Tinggi MET-menit/minggu yang kuat = 8,0 \* menit aktivitas intensitas tinggi \* hari dengan intensitas tinggi

Gabungan total aktivitas fisik MET-mnt/minggu dapat dihitung sebagai jumlah skor MET min/minggu Berjalan + Sedang + Kuat.

Nilai MET yang digunakan dalam formula di atas diperoleh dari studi validitas dan reliabilitas IPAQ yang dilakukan pada tahun 2000-2001.

Karena tidak ada ambang batas yang ditetapkan untuk menyajikan menit-MET, Komite Riset IPAQ mengusulkan agar data ini dilaporkan sebagai perbandingan nilai median dan rentang interkuartil untuk populasi yang berbeda.

Contoh perhitungan MET- menit/minggu:

MET Level	Met – menit/minggu selama 30 menit, 5 menit/minggu
Berjalan = 3,3METs	$3,3 \times 30 \times 5 = 495$ MET-min/minggu
Intensitas Normal = 4.0 METs	$4.0 \times 30 \times 5 = 600$ MET-min/minggu
Intensitas Tinggi = 4.0 METs	$8.0 \times 30 \times 5 = 1,200$ MET-min/minggu
<hr/>	
TOTAL = 2,295 MET-min/minggu	

Tabel. Rentang Nilai aktivitas berdasarkan Instrumen IPAQ

Kategori	Rentang Nilai Total
HEPA aktif	> 3000 MET min/minggu
Aktivitas minimal	1500 – 3000 MET min/minggu
Tidak aktif (sedentary)	< 600 MET min/minggu

### Pertanyaan Waktu Duduk IPAQ

Pertanyaan waktu duduk IPAQ adalah variabel indikator tambahan dan tidak dimasukkan sebagai bagian dari skor ringkasan aktivitas fisik. Data duduk harus dilaporkan sebagai nilai median dan rentang interkuartil. Sampai saat ini hanya ada sedikit data tentang perilaku menetap (duduk) dan tidak ada ambang batas yang diterima dengan baik untuk data yang disajikan sebagai tingkat kategori.

### JADWAL PENELITIAN

Jadwal penelitian disusun dengan mengisi langsung tabel berikut dengan memperbolehkan penambahan baris sesuai banyaknya kegiatan.

Tahun ke-

No	Nama Kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Studi literatur dan hasil penelitian tahun pertama												
2	Pengembangan instrumen penelitian												
3	Penyebaran instrumen kepada subjek penelitian												
4	Analisis data kuantitatif												
5	Deskripsi hasil analisis data												
6	Penyusunan Luaran												
7	Penyusunan Laporan												

## DAFTAR PUSTAKA

Daftar pustaka disusun dan ditulis berdasarkan sistem nomor sesuai dengan urutan pengutipan. Hanya pustaka yang disitasi pada usulan penelitian yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka.

- [1] A. Snége *et al.*, “Sedentary Behavior Counseling Received from Healthcare Professionals: An Exploratory Analysis in Adults at Primary Health Care in Brazil,” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 19, no. 16, 2022, doi: 10.3390/ijerph19169963.
- [2] T. M. Manini, L. J. Carr, A. C. King, S. Marshall, T. N. Robinson, and W. J. Rejeski, “Interventions to reduce sedentary behavior,” *Med. Sci. Sports Exerc.*, vol. 47, no. 6, pp. 1306–1310, 2015, doi: 10.1249/MSS.0000000000000519.
- [3] L. L. Galvão, R. R. Silva, S. Tribess, D. A. T. Santos, and J. S. V. Junior, “Physical activity combined with sedentary behaviour in the risk of mortality in older adults,” *Rev. Saude Publica*, vol. 55, pp. 1–11, 2021, doi: 10.11606/s1518-8787.2021055003461.
- [4] A. D. Okely, A. Kontsevaya, J. Ng, and C. Abdeta, *2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior*, vol. 3, no. 2, 2021. doi: 10.1016/j.smhs.2021.05.001.
- [5] C. Kelly *et al.*, “Increasing Physical Activity in Schools: Strategies for School Health Practitioners,” *Health Promot. Pract.*, vol. 20, no. 5, pp. 697–702, 2019, doi: 10.1177/1524839919857983.
- [6] F. Ferretti, G. R. P. Santi, A. Del Zozzo, M. Garzetti, and G. Bolondi, “Assessment practices and beliefs: Teachers’ perspectives on assessment during long distance learning,” *Educ. Sci.*, vol. 11, no. 6, 2021, doi: 10.3390/educsci11060264.
- [7] E. Anderson and J. L. Durstine, “Physical activity, exercise, and chronic diseases: A brief review,” *Sport. Med. Heal. Sci.*, vol. 1, no. 1, pp. 3–10, 2019, doi: 10.1016/j.smhs.2019.08.006.
- [8] A. Fröberg and S. Lundvall, “The distinct role of physical education in the context of agenda 2030 and sustainable development goals: An explorative review and suggestions for future work,” *Sustain.*, vol. 13, no. 21, 2021, doi: 10.3390/su132111900.
- [9] I. M. Lee *et al.*, “Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: An analysis of burden of disease and life expectancy,” *Lancet*, vol. 380, no. 9838, pp. 219–229, 2012, doi: 10.1016/S0140-6736(12)61031-9.
- [10] J. Alvarez-Pitti *et al.*, “Exercise as medicine in chronic diseases during childhood and adolescence,” *An. Pediatr.*, vol. 92, no. 3, pp. 173.e1-173.e8, 2020, doi: 10.1016/j.anpedi.2020.01.010.
- [11] R. S. Mayne, N. D. Hart, and N. Heron, “Sedentary behaviour among general practitioners: a systematic review,” *BMC Fam. Pract.*, vol. 22, no. 1, pp. 1–8, 2021, doi: 10.1186/s12875-020-01359-8.
- [12] T. J. Saunders *et al.*, “International school-related sedentary behaviour recommendations for children and youth,” *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.*, vol. 19, no. 1, pp. 1–14, 2022, doi: 10.1186/s12966-022-01259-3.
- [13] C. J. Lavie, C. Ozemek, S. Carbone, P. T. Katzmarzyk, and S. N. Blair, “Sedentary Behavior, Exercise, and Cardiovascular Health,” *Circ. Res.*, vol. 124, no. 5, pp. 799–815, 2019, doi: 10.1161/CIRCRESAHA.118.312669.
- [14] C. M. Friedenreich, C. Ryder-Burbidge, and J. McNeil, “Physical activity, obesity and sedentary behavior in cancer etiology: epidemiologic evidence and biologic mechanisms,” *Mol. Oncol.*, vol. 15, no. 3, pp. 790–800, 2021, doi: 10.1002/1878-0261.12772.
- [15] D. Thivel, A. Tremblay, P. M. Genin, S. Panahi, D. Rivière, and M. Duclos, “Physical

- Activity, Inactivity, and Sedentary Behaviors: Definitions and Implications in Occupational Health,” *Front. Public Heal.*, vol. 6, no. October, pp. 1–5, 2018, doi: 10.3389/fpubh.2018.00288.
- [16] M. Navarrete-Valdebenito and L. Vidal-Hernández, “Time use in daily activities by Chilean overweight and obese adolescents,” *Rev. Fac. Med.*, vol. 67, no. 4, pp. 463–468, 2019, doi: 10.15446/revfacmed.v67n4.67727.
- [17] J. A. Rieker *et al.*, “The impact of physical fitness, social life, and cognitive functions on work ability in middle-aged and older adults,” *Int. Arch. Occup. Environ. Health*, 2022, doi: 10.1007/s00420-022-01943-8.
- [18] T. J. Parsons *et al.*, “Objectively measured physical activity and cardiac biomarkers: A cross sectional population based study in older men,” *Int. J. Cardiol.*, vol. 254, pp. 322–327, 2018, doi: 10.1016/j.ijcard.2017.11.003.
- [19] R. S. Prakash, M. W. Voss, K. I. Erickson, and A. F. Kramer, “Physical activity and cognitive vitality,” *Annu. Rev. Psychol.*, vol. 66, no. September, pp. 769–797, 2015, doi: 10.1146/annurev-psych-010814-015249.
- [20] M. Kubanyiova, “The Role of Teachers’ Future Self Guides in Creating L2 Development Opportunities in Teacher-Led Classroom Discourse: Reclaiming the Relevance of Language Teacher Cognition,” *Mod. Lang. J.*, vol. 99, no. 3, pp. 565–584, 2015, doi: 10.1111/modl.12244.
- [21] O. Nessipbayeva, “The Competencies of the Modern Teacher,” *Pre-Service In-Service Teach. Train.*, pp. 148–154, 2019, [Online]. Available: <http://bit.ly/2fRwNoY>
- [22] L. Cañadas, M. L. Santos-Pastor, and F. J. Castejón, “Competencias docentes en la formación inicial del profesorado de educación física (Teaching competences in physical education teacher initial training),” *Retos*, no. 35, pp. 284–288, 2018, doi: 10.47197/retos.v0i35.64812.
- [23] I. Semradova and S. Hubackova, “Teacher Responsibility in Distance Education,” *Procedia - Soc. Behav. Sci.*, vol. 217, no. February, pp. 544–550, 2016, doi: 10.1016/j.sbspro.2016.02.042.
- [24] A. Bulqini, P. Puspodari, P. E. Arfanda, S. Suroto, and T. C. Mutohir, “Physical Literacy in Physical Education Curriculum,” *Act. J. Phys. Educ. Sport. Heal. Recreat.*, vol. 10, no. 2, pp. 55–60, 2021, doi: 10.15294/active.v10i2.47008.
- [25] Z. BAHADIR, Z. CERTEL, and R. TOPUZ, “The Role of 21st century Learner Skills of Physical Education and Sports Teachers and Teacher Candidates on Teacher Skills,” *Turkish J. Sport Exerc.*, no. February, pp. 400–407, 2019, doi: 10.15314/tsed.593785.
- [26] P. Ward and H. Lehwald, *Effective Physical Education Content and Instruction*. 2018.
- [27] M. Yıldız and Ö. F. Karakullukçu, “Physical Education Teachers’ Using of Teaching Styles Levels and Their Perceptions Towards Styles in Public and Private Schools in Turkey,” *World J. Educ.*, vol. 9, no. 4, p. 41, 2019, doi: 10.5430/wje.v9n4p41.
- [28] A. Fröberg and S. Lundvall, “Sustainable Development Perspectives in Physical Education Teacher Education Course Syllabi: An Analysis of Learning Outcomes,” *Sustain.*, vol. 14, no. 10, 2022, doi: 10.3390/su14105955.
- [29] R. Messmer, “What is the subject matter of physical education?,” *Ger. J. Exerc. Sport Res.*, vol. 48, no. 4, pp. 508–515, 2018, doi: 10.1007/s12662-018-0531-2.

## LAMPIRAN 1. BIODATA PENGUSUL

### A. BIODATA KETUA PENGUSUL

Nama	Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes
NIDN/NIDK	0018107511
Pangkat/Jabatan	Pembina Utama Muda ? IVC
E-mail	Erwin_sk@uny.ac.id
ID Sinta	19634
h-Index	8

### Publikasi di Jurnal Internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	The Effect of Cardiorespiratory Fitness and Fatigue Level on Learning Ability of Movement Coordination	First author	<i>Jurnal Cakrawala Pendidikan Vol 38 Tahun 2019</i> ISSN Printed: 0216-1370 ISSN Online : 2442-8620 Hal. 320 -329	<a href="https://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/24565">https://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/24565</a>
2	<i>Exercise Ratio 1:2; Changes Of Anaerobic Threshold And Lactate Acid Level</i>	First author	Annals Of Tropical Medicine and Health Vol 22 Issue 11, December 2019 ISSN 1755-6783 (print), 0974-6005 (Online) Hal: 224-231	<a href="https://www.journal.atmph-specialissues.org/abstract.php?article_id=6980&amp;title=EXERCISE%20RATIO%201:2;%20CHANGES%20OF%20ANAEROBIC%20THRESHOLD%20AND%20LACTATE%20ACID%20LEVEL">https://www.journal.atmph-specialissues.org/abstract.php?article_id=6980&amp;title=EXERCISE%20RATIO%201:2;%20CHANGES%20OF%20ANAEROBIC%20THRESHOLD%20AND%20LACTATE%20ACID%20LEVEL</a>
3	The Effectiveness of Multimedia Learning On Academic Achievement In Reproduction Topic Science Subject	Co-author	Universal Journal of Educational Research Volume Jurnal: 8, Tahun 2020, Halaman: 3265-3629, ISSN: ISSN Printed: 2332-3205 : ISSN Online : 2332-3213	<a href="http://eprints.uthm.edu.my/7257/">http://eprints.uthm.edu.my/7257/</a>
4	The Effect of Legs Length on Running Speed of Sports and Health Sciences Students in Indonesia: A Meta-Analysis Study	First author	Journal of Physical Education and Sport Volume 21, Nomor 5, Tahun 2021, Halaman: 2697 - 2705, ISSN: 2247-8051 (Printed): 2247-806X (Online), Penerbit: Editura Universitatea din Pitesti,	<a href="http://10.7752/jpes.2021.05359">http://10.7752/jpes.2021.05359</a>
5	The Effect of Comprehensive Teaching Learning-Based Training on Social Skills and Attitudes	First author	Physical Education Theory and Methodology Volume 22 No. 1 Halaman 19-27 Tahun 2022 ISSN: 1993-7989 (Print) 1993-7997 (Online) ISSN-L 1993-7989	<a href="https://tmfv.com.ua/journal/article/view/1567">https://tmfv.com.ua/journal/article/view/1567</a>



No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
6	The Influence Of Jumping Performance and Coordination on The Spike Ability of Young Volleyball Athletes	Co-author	Pedagogy of Physical Culture and Sports Volume 26 No. 6 Hal 374-380 Tahun 2022 ISSN: 2664-9837	<a href="https://doi.org/10.15561/26649837.2022.0603">https://doi.org/10.15561/26649837.2022.0603</a>

#### Publikasi di Jurnal Nasional Terakreditasi Peringkat 1 dan 2

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Significance Of Fulfillment of Nutrition On Body Mass Index And Physical Activity	Co-author	Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran Volume 6, Nomor 1, Tahun April 2020, Halaman: 118 - 131, ISSN Printed: 2477-3379 ISSN Online: 2548-7833,	<a href="https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/article/view/14138">https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/article/view/14138</a>
2	Pentingnya Pemenuhan Gizi Pada Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik	Co-author	Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran Vol. 6 No. 1, April 2020, pp. 118-131 ISSN: 2477-3379 (Online) ISSN: 2548-7833 (Print)	<a href="https://doi.org/10.29407/js_unpkediri.v6i1.14138">https://doi.org/10.29407/js_unpkediri.v6i1.14138</a>
3	The difference between male and female student's physical activity in urban region during school recess	Co-author	Jurnal Keolahragaan Volume 9, Nomor 2, Tahun 2021, Halaman: 202-209, ISSN: 2339-0662(print): 2461-0259(Online)	<a href="https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.36586">https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.36586</a>
4	Digital Readiness in Physical Education and Sports Health Learning: Study at Elementary School, Yogyakarta	First author	Jurnal Prima Edukasia Volume 11 Issue 1 Halaman 68-73 Tahun 2022 p-ISSN: 2338-4743 e-ISSN: 2460-9927	<a href="https://doi.org/10.21831/jpe.v11i1.53196">https://doi.org/10.21831/jpe.v11i1.53196</a>

#### Prosiding seminar/konferensi internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Profesionalitas Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Menghadapi Era MEA	First author	Seminar Nasional Entrepreneurship dan Profesionalitas Guru di Era Mea 2 Mei 2015	
2	Inovasi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam Mendukung Pembelajaran di Sekolah	First author	Seminar Nasional LPTK Cup VII 7-30 Mei 2015	
3	Implementasi Pengajaran Pendidikan Jasmani Pendekatan Taktik (Teaching Games for Understanding) Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi	First author	Seminar Nasional Olahraga dalam rangka Dies Natalis UNY ke 51 13 Mei 2015	<a href="http://fik.uny.ac.id/semnasor-2015">http://fik.uny.ac.id/semnasor-2015</a>

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
4	Meningkatkan derajat kesehatan generasi muda melalui olahraga alternatif sebagai gaya hidup sehat	First author	Seminar Nasional Keolahragaan 2016 31 Oktober 2016	<a href="http://fik.uny.ac.id/semnasor-2016">http://fik.uny.ac.id/semnasor-2016</a>
5	Smartphone: Social Attitude and Healthy Lifestyle	First author	2nd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS 2018) 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sports (CoIS 2018)	<a href="https://www.atlantispress.com/proceedings/yishpess-cois-18/55909248">https://www.atlantispress.com/proceedings/yishpess-cois-18/55909248</a>
6	Development of Smartphone Application that Provides Educational Materials on Injury Prevention and Treatment in Hiking	First author	Proceedings of the 1st International Conference on Science and Technology for an Internet of Things, 20 October 2018, Yogyakarta, Indonesia	<a href="http://dx.doi.org/10.4108/eai.19-10-2018.2281719">http://dx.doi.org/10.4108/eai.19-10-2018.2281719</a> Publisher EAI ISBN 978-1-63190-177-5 ISSN 2593-7650
7	Technology Analysis In Physical Education	First author	Proceeding The 1st International Conference on Practicum and Community Service in Education 3 November 2021	3 November 2021
8	Needs Analysis Development of Android-Based Physical Fitness Guide	First author	Conference on Interdisciplinary Approach in Sports in conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021)	Publisher: Atlantis Press DOI: 10.2991/ahsr.k.220106.048

#### Buku

No	Judul Buku	Tahun Penerbitan	ISBN	Penerbit	URL (jika ada)
1	Trend Olahraga Masa Kini "Woodball" Olahraga Ala Golf	2016	978-602-0874-52-4	Pustaka Baru Press	
2	Pencak Silat	2015	978-602-376-103-6	Pustaka Baru Press	
3	Konsep, Proses dan Aplikasi dalam Pendidikan Kesehatan	2012	978-602-8429-60-3	FIK UNY	
4	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 2	2010	978-979-095-030-6	Pusat Perbukuan, Kemdiknas	
5	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 3	2010	978-979-095-043-6	Pusat Perbukuan, Kemdiknas	
6	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 4	2010	978-979-095-059-7	Pusat Perbukuan, Kemdiknas	
7	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 5	2010	978-979-095-080-1	Pusat Perbukuan, Kemdiknas	

#### Perolehan KI

No	Judul KI	Tahun Perolehan	Jenis KI	Nomor	Status KI (terdaftar/granted)	URL (jika ada)
1	Konsep, Proses dan Aplikasi dalam	2018	Buku	Nomor HaKI: 000127301	Terdaftar	

No	Judul KI	Tahun Perolehan	Jenis KI	Nomor	Status KI (terdaftar/granted)	URL (jika ada)
	Pendidikan Kesehatan					
2	Pencak Silat	2018	Buku	Nomor HaKI: 000127302	Terdaftar	
3	Trend Olahraga Masa Kini "Woodball" Olahraga Ala Golf	2018	Buku	Nomor HaKI: 000127292	Terdaftar	
4	Model Circuit Training Untuk Meningkatkan Perubahan Anaerobic Threshold, Pemulihan Heart rate, Kadar Asam Laktat, dan Pemulihan Koordinasi Tubuh	2019	Buku	Nomor HaKI: 000143228	Terdaftar	
5	Act.Fit	2022	Program Komputer	Nomor HaKI: 000419013	Terdaftar	

**Riwayat penelitian didanai kemdikbud**

No	Judul	Tahun	Dana Disetujui

**B. BIODATA ANGGOTA PENGUSUL**

Nama	Ranintya Meikahani, M.Pd.
NIDN/NIDK	0016059202
Pangkat/Jabatan	Penata Muda Tk.I/Asisten Ahli
E-mail	ranintya.m@uny.ac.id
ID Sinta	6023554
h-Index	2

**Publikasi di Jurnal Internasional terindeks**

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1.	Relationship between Physical Activity and Body Mass Index in Women's Volleyball Athletes during COVID-19 Pandemic in Special Region of Yogyakarta	co-author	Journal of Medical and Chemical Science, 16 November 2022	URL: <a href="http://www.jmchemsci.com/article_150596.html">http://www.jmchemsci.com/article_150596.html</a>

**Publikasi di Jurnal Nasional Terakreditasi Peringkat 1 dan 2**

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1.	Digital Readiness in Physical Education and Sports Health Learning: Study at Elementary School, Yogyakarta	co-author	Jurnal Prima Edukasia, 17 Januari 2023	<a href="https://doi.org/10.21831/jpe.v11i1.53196">https://doi.org/10.21831/jpe.v11i1.53196</a>

**Prosiding seminar/konferensi internasional terindeks**

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1.	Physical Education Learning Through Traditional Games to Improve Cooperation and Responsibility At Elementary School	First author	The 1st Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education and Sport Science (YISHPESS) in conjunction with 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sport (CoIS).	
2.	Smartphone: Social Attitude and Healthy Lifestyle	co-author	2nd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical	

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
			Education and Sport Science (YISHPESS) in conjunction with 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sport (CoIS).	
3.	The Factors Affecting Learning Difficulties in Gymnastics through Portofolio Model	co-author	3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education and Sport Science (YISHPESS) in conjunction with 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sport (CoIS).	
4.	Barrier in Rhythmic Motion	First author	4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education and Sport Science (YISHPESS) in conjunction with 3rd Conference on Interdisciplinary Approach in Sport (CoIS).	

#### Buku

No	Judul Buku	Tahun Penerbitan	ISBN	Penerbit	URL (jika ada)
1.	Panduan Kesehatan Olahraga bagi Mahasiswa Pendidikan Olahraga	2021	978-602-498-306-2	UNY Press	
2.	Dasar-Dasar Senam	2022	978-602-498-469-4	UNY Press	

#### Perolehan KI

No	Judul KI	Tahun Perolehan	Jenis KI	Nomor	Status KI (terdaftar/granted)	URL (jika ada)

#### Riwayat penelitian didanai kemdikbud

No	Judul	Tahun	Dana Disetujui

