

USULAN PENELITIAN PERCEPATAN GURU BESAR



Judul:  
EVALUASI ANTHROPOMETRI DAN KONDISI FISK ATLET DISABILITAS  
PELATDA PEPARNAS NPC DIY

Diusulkan Oleh

Dr. Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS./NIP. 19600824 198601 1 001  
Dr. Danang Wicaksono, S.Pd.Kor., M.Or./NIP. 19820826 200812 1 001  
Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S./NIP. 19600407 198601 2 001  
Dr. Christina Fajar Sriwahyuniati, S.Pd., M.Or./NIP. 19711229 200003 2 001  
Dwi Septiawan/NIM. 22602241059  
Zenith Auliya/NIM. 22602241100  
Cindy Novi Andini/NIM. 19602244033  
Naraditya Amara Artantya/NIM. 20602241073  
Tri Aulia Nurhidayah/NIM. 20602244008

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2023

**LEMBAR PENGESAHAN  
PROPOSAL PENELITIAN PENELITIAN PERCEPATAN GURU BESAR**

1. Judul Penelitian : Evaluasi Anthropometri dan Kondisi Fisk Atlet Disabilitas Pelatda PEPARNAS NPC DIY
2. Ketua Peneliti :  
a. Nama lengkap : Dr. Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS.  
b. Jabatan : Lektor Kepala  
c. Program Studi : PEND. KEPERAWATAN Olahraga - TK  
d. Alamat : Jalan Warungboto 2, Warungboto UH IV / 928 RT 33 RW 08 Umbulharjo, Yogyakarta 55164  
e. Telepon : +628164228267  
f. e-mail : rumpis@uny.ac.id
3. Bidang Keilmuan : Keolahragaan
4. Skim : Penelitian Percepatan Guru Besar
5. Tema Penelitian Payung : Olahraga prestasi
6. Sub Temap Penelitian :  
Payung
7. Kelompok Peneliti :

No	Nama, Gelar	NIP	Bidang Keahlian
1.	Dr. Danang Wicaksono, S.Pd.Kor., M.Or.	19820826 200812 1 001	
2.	Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S.	19600407 198601 2 001	
3.	Dr. Christina Fajar Sriwahyuniati, S.Pd., M.Or.	19711229 200003 2 001	

8. Mahasiswa yang terlibat :

No	Nama	NIM	Prodi
1.	Dwi Septiawan	22602241059	Pendidikan Keperawatan Olahraga
2.	Zenith Auliya	22602241100	Pendidikan Keperawatan Olahraga
3.	Cindy Novi Andini	19602244033	Pendidikan Keperawatan Olahraga
4.	Naraditya Amara Artantya	20602241073	Pendidikan Keperawatan Olahraga
5.	Tri Aulia Nurhidayah	20602244008	Pendidikan Keperawatan Olahraga

9. Lokasi Penelitian : DIY
10. Waktu Penelitian : 17 Juni 2023 s/d 17 Oktober 2023
11. Dana yang diusulkan : Rp. 45.000.000,00

Mengetahui,  
Dekan FIKK,

Yogyakarta, 1 Juni 2023  
Ketua Pelaksana

Prof. Dr. Wawan Sudawan Suherman, M.Ed,  
NIP 19640707 198812 1 001

Dr. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP 196008241986011001

## **PROPOSAL PENELITIAN**

### 1. JUDUL PENELITIAN

EVALUASI ANTHROPOMETRI DAN KONDISI FISIK ATLET DISABILITAS PELATDA  
PEPARNAS NPC DIY

Bidang Fokus RIRN / Bidang Unggulan Perguruan Tinggi	Tema	Topik (jika ada)	Rumpun Bidang Ilmu
Manajemen olahraga	Manajemen Olahraga		Manajemen Olahraga,

Kategori (Kompetitif Nasional/ Desentralisasi/ Penugasan)	Skema Penelitian	Strata (Dasar/ Terapan/ Pengembangan)	SBK (Dasar, Terapan, Pengembangan)	Target Akhir TKT	Lama Penelitian (Tahun)
Desentralisasi	Percepatan Guru Besar	Dasar	Dasar	Manajemen olahraga, Level 2	1 tahun

### 2. IDENTITAS PENGUSUL

Nama, Peran	Perguruan Tinggi/ Institusi	Program Studi/Bagian	Bidang Tugas	ID Sinta	H-Index
Ketua	Dr. Rumpis Agus Sudarko, M.S.	Pendidikan Keperawatan Olahraga	Fisiologi Keperawatan	6648947	
Anggota 1	Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.	Pendidikan Keperawatan Olahraga	Keolahragaan	5989144	
Anggota 2	Dr. Ch. Fajar Sriwahyuniati, M.Or.	Pendidikan Keperawatan Olahraga	Belajar Gerak	5989557	
Anggota 3	Dr. Danang Wicaksono, S.Pd., M.Or.	Pendidikan Keperawatan Olahraga	Keperawatan Bola Voli	5989752	

### 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
NPC DIY	NPC DIY

### 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 Ilmiah di Jurnal index scopus	accepted	Motriz, Journal of Physical Education <a href="https://www.scielo.br/j/motriz/">https://www.scielo.br/j/motriz/</a>

#### 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	Seminar Internasional (Proceeding)	accepted	Cois

## 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.

1. Belanja Operasional				
Item Bahan	Volume	Satuan	Harga Satuan (Rp)	Total (Rp)
FGD	3	1	2.000.000	6.000.000
Survei Lapangan	1	1	1.000.000	1.000.000
Penyusunan Proposal	4	1	500.000	2.000.000
Kebutuhan Pengambilan data	5	1	2,000,000	10.000.000
klasifikasi responden	2	1	500,000	1.000.000
Validasi Instrumen	2	2	500,000	1.000.000
Uji coba Instrumen	1	1	2.000.000	2.000.000
Analisis Intrumen	4	1	500,000	2.000.000
Penyimpan Data	2	1	100,000	200.000
Beli Meteran Roda	1	1	2.150.000	2.150.000
Sewa Lapangan	2	1	1.500.00	3.000.000
Kertas	5	2	45,000	450.000
Balpoint	4	1	25,000	100.000
Tinta Printer	400 ml	5	50.000	250.000
Amplop	2 Box	1	25,000	50.000
<b>Sub Total (Rp)</b>				<b>32.200.000</b>
2. Belanja Barang Non Operasional Lainnya				

<b>Item Bahan</b>	<b>Volume</b>	<b>Satuan</b>	<b>Harga Satuan (Rp)</b>	<b>Total (Rp)</b>
Penelusuran Pustaka	1	1	300,000	300.000
Seminar Internasional	2 Hari	1	3.500.000	3.500.000
Artikel scopus	1	1	8.000.000	8.000.000
Pelaporan	1 kali	1	1.000.000	1.000.000
<b>Sub Total (Rp)</b>				<b>12.800.000</b>
<b>Total Pengeluaran Dana (Rp)</b>				<b>45.000.000</b>

Tahun 2 Total Rp. ....

<b>Jenis Pembelanjaan</b>	<b>Komponen</b>	<b>Item</b>	<b>Satuan</b>	<b>Vol.</b>	<b>Biaya Satuan</b>	<b>Total</b>



Isian Substans

## 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.

Antropometri dan Kondisi fisik atlet memegang peranan penting dalam mencapai prestasi olahraga. Antropometri dan Kondisi yang bagus seorang atlet akan mampu menunjukkan kapasitas atau penampilan terbaiknya di lapangan. Saat ini NPC DIY sedang melaksanakan Pemustaan latihan Daerah (Pelatda) jangka panjang dalam rangka mempersiapkan atletnya untuk berlaga dalam ajang olahraga disabilitas PEPARNAS XVII di SUMUT tahun 2024. Pelatda yang saat ini dilaksanakan oleh NPC DIY sejak Januari 2023 melibatkan 108 atlet, 44 pelatih dengan 11 cabang olahraga disabilitas. Selama pelatda atlet harus wajib mengikuti latihan secara sentralisasi di cabang masing-masing. Materi latihan terdiri dari: fisik, teknik, taktik, maupun mental. Beban latihan yang dilakukan oleh pelatih bervariasi selama satu minggu dengan intensitas tinggi, sedang, ringan dengan volume latihan berat, sedang, dan ringan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisa kondisi antropometri dan kondisi fisik atlet yang tergabung dalam pelatda NPC DIY. Atlet yang dituju yaitu semua atlet cabang olahraga yang mengikuti pelatda PEPARNAS 2024 NPC DIY. Penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian deskriptif Kuantitatif. Adapun teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Luaran dari penelitian ini akan ditunjukkan berupa artikel pada jurnal internasional terakreditasi dan juga proceeding terakreditasi. TKT dalam penelitian ini ingin menunjukkan pembuktian konsep fungsi manajemen analisis penting secara analitis dan eksperimental. Secara teoritis, empiris dan eksperimen akan diketahui bahwa komponen-komponen sistem tersebut memang benar adanya.

### KATA KUNCI

Kata kunci maksimal 5 kata

[antropometri, kondisi fisik, Pelatda, NPC DIY, Peparناس]

### 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 rencana penelitian PT.

Pertandingan multi event olahraga paling besar untuk olahraga disabilitas di Negara ini adalah Pekan Olahraga Paralympik Nasional (PEPARNAS) yang akan dilaksanakan di Sumatera Utara pada tahun 2024. Pesta olahraga antar provinsi ini merupakan agenda 4 tahunan yang selalu menjadi pekerjaan yang berat sekaligus penting bagi organisasi keolahragaan disabilitas, dalam hal ini NPC DIY. Menyongsong kegiatan multi event ini tidak sedikit dana, tenaga dan pikiran

tercurah dalam menghadapi kegiatan tersebut. Gengsi daerah menjadi salah satu alasan mengapa event PEPARNAS menjadi sangat bergengsi, selain itu yang lebih penting lagi masalah prestasi. Menjadi pemenang di PEPARNAS ini merupakan sesuatu yang didambakan dan diupayakan oleh para atlet, pelatih dan pengurus, karena selain masalah prestice juga masalah reward.

Menjadi juara tentunya bukan sesuatu yang mudah, butuh kerja keras dan keuletan dalam menjalani proses latihan. Proses panjang dalam melakukan latihan membutuhkan ketekunan dan dukungan baik dari segi moral, material dan perencanaan latihan yang tepat. Melalui proses panjang latihan tersebut pelatih juga harus mampu mengontrol, meningkatkan dan akhirnya mengaplikasikan semua yang sudah dijalani selama latihan pada pertandingan yang sesungguhnya. Menjadi juara tidaklah mudah, semua latihan harus terprogram dan terkontrol oleh pelatih, sehingga perubahan atlet dapat diketahui.

Proses latihan yang berkelanjutan merupakan sesuatu yang wajib dilakukan oleh atlet dan pelatih untuk mencapai tujuan yaitu prestasi puncak. Latihan yang terus menerus harus dilakukan tetapi yang tidak boleh terlewatkan adalah melakukan evaluasi terhadap hasil latihan. Evaluasi sangat penting dilakukan karena untuk mengetahui kondisi atlet Setelah menjalani suatu proses latihan, dan salah satu yang perlu dikontrol setiap saat yaitu kondisi fisik para atlet. Kondisi fisik atlet puslatda PEPARNAS NPC DIY perlu mendapatkan perhatian khusus, karena status kondisi fisik merupakan factor penting yang harus selalu ditingkatkan dan dijaga agar tidak mengalami penurunan. Kondisi fisik atlet harus mampu mencapai standar nasional jika ingin meraih prestasi di tingkat nasional, walaupun prestasi bukanlah hanya masalah fisik, tetapi ada teknik, taktik, dan mental, bahkan sekarang ini factor non teknis pun perlu dikontrol. Prestasi memang tidak mudah diraih, tetapi minimal secara fisik bisa kita upayakan agar atlet puslatda Pon diy bisa di atas rata-rata atlet calon lawan di PEPARNAS di Sumut tahun 2024.

Mencermati hasil akhir tes menjelang PEPARNAS NPC DIY merupakan hal yang cukup penting untuk dibuat perbandingan, artinya perlu diketahui seberapa perbedaan performa fisik yang sekarang dimiliki atlet yang dipersiapkan atau di pelatdakan NPC DIY. Mengetahui kondisi antropometri dan kondisi fisik atlet sangat membantu capaian prestasi dalam multi event empat tahunan ini.

## TINJAUAN PUSTAKA

### A. Tujuan dan Sasaran Latihan

Aktivitas olahraga yang dilakukan seseorang selalu memiliki tujuan dan sasaran yang berbeda-beda, diantaranya untuk: kesehatan, rekreasi, dan prestasi. Untuk itu, beban latihan untuk setiap aktivitas juga berbeda sesuai dengan tujuan dan sasaran yang diinginkan. Tujuan latihan secara umum adalah membantu para pelatih olahraga agar dapat menerapkan dan memiliki kemampuan konseptual dalam membantu mengungkap potensi olahragawan dalam mencapai prestasi optimal. Sedangkan sasaran latihan adalah untuk meningkatkan kemampuan dan kesiapan olahragawan dalam mencapai prestasi optimal (Devi Tirtawirya, 2017:38).

Penentuan beban latihan disesuaikan dengan tes awal dan tujuan yang ingin dicapai, sebab tanpa tes awal maka seorang pelatih akan sulit untuk menentukan dosis latihan yang akan diterapkan kepada atlet. Untuk itu prinsip individu harus dijalankan secara ketat dalam penentuan beban latihan. Mengatur beban latihan ada 4 hal yang perlu diperhatikan, agar keberhasilan bisa tercapai, yaitu intensitas, volume, recovery dan interval (Sukadiyanto, 2010:48). Memperhatikan 4 hal tersebut berarti suatu program latihan akan bisa dipantau tinggi rendahnya kualitas latihan, sebab dapat kita pahami jika memainkan 4 komponen tersebut berarti mengendalikan intensitas latihan. Latihan fisik yang dilakukan secara teratur, terprogram, dan terukur dengan baik akan menghasilkan perubahan-perubahan fisiologis yang mengarah padaperubahan kemampuan fungsi tubuh dalam menghasilkan energi yang lebih baik. Bumpa, (2015:10-11) sangat penting bahwa Program latihan yang sistematis dan terorganisir dengan baik untuk menginduksi adaptasi unggul dari fungsi utama dari tubuh, seperti berikut:

1. Neuromuskular: Meningkatkan efisiensi gerakan dan koordinasi, meningkatkan aktivitas refleks sistem saraf, sinkronisasi kegiatan unit motor, meningkatkan perekrutan unit motorik, meningkatkan unit motor menembak rate (tingkat coding), meningkatkan hipertrofi otot, meningkatkan biogenesis mitokondria, mengubah sinyal jalur sel.
2. Metabolik: Meningkatkan otot adenosin trifosfat (ATP) dan phosphocreatine (PCr), meningkatkan kapasitas otot untuk menyimpan glikogen, meningkatkan kapasitas otot untuk mentolerir penumpukan asam laktat dan menunda timbulnya kelelahan, meningkatkan jaringan kapiler untuk pasokan superior nutrisi dan oksigen, meningkatkan penggunaan lemak sebagai energi untuk kegiatan durasi lama, meningkatkan efisiensi sistem energi glikolitik, meningkatkan efisiensi sistem oksidatif, dan mengubah proses enzimatik spesifik yang terkait dengan berbagai sistem bioenergi.
3. Kardiorespirasi: Meningkatkan volume paru-paru, meningkatkan hipertrofi dinding ventrikel kiri, meningkatkan volume ventrikel kiri untuk meningkatkan volume stroke dan, sebagai hasilnya, memfasilitasi pengiriman darah beroksigen ke otot-otot bekerja, menurunkan detak jantung, meningkatkan kepadatan kapiler, peningkatan ambang laktat



sehingga atlet dapat tampil di tingkat yang lebih tinggi dari konsumsi oksigen, dan meningkatkan  $VO_{2max}$  untuk meningkatkan kapasitas aerobik untuk latihan berkepanjangan.

## **B. Prinsip-Prinsip Latihan**

Prinsip-prinsip latihan memiliki peranan penting dalam aspek fisiologis dan psikologis olahragawan. Oleh karena akan mendukung upaya dalam meningkatkan kualitas latihan. Prinsip latihan merupakan hal yang harus di taati, dilakukan, dan dihindari agar tujuan dari latihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Oleh karena itu, para pelatih beladiri harus memahami prinsip-prinsip latihan dan dapat menerapkannya dalam proses latihan. Adapun prinsip latihan yang dapat dijadikan pedoman dalam proses latihan adalah sebagai berikut:

### **1. Individual**

Prinsip individual adalah bahwa setiap olahragawan memiliki potensi dan kemampuan yang berbeda-beda, sehingga dalam menentukan beban latihan harus disesuaikan dengan kemampuan setiap individu. Untuk itu, dalam menentukan beban latihan antara olahragawan yang satu dengan lainnya tidak dapat disamakan. Oleh karena kemampuan setiap beladiri dalam merespon beban latihan yang diberikan berbeda antara yang satu dengan lainnya. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi perbedaan kemampuan merespon beban latihan dari setiap individu, diantaranya: (a) keturunan/genetika, (b) nutrisi/gizi, (c) waktu istirahat, (d) tingkat kebugaran, (e) rasa sakit dan cedera, (f) motivasi, (g) maturation/kematangan, dan (h) lingkungan. (Sukadiyanto, 2010: 8)

### **2. Beban Lebih (Overload)**

Meningkatkan kualitas fisik menuntut latihan yang dilakukan harus melawan beban atau mengatasi beban latihan. Artinya, bila olahragawan sudah beradaptasi terhadap beban latihan yang diberikan, maka beban latihan berikutnya harus ditingkatkan. Dengan demikian latihan harus selalu dipantau dengan cara mencatat dan melakukan tes pada waktu tertentu sebagai dasar untuk menentukan beban latihan berikutnya. (Dan Gordon, 2009:90)

### **3. Prinsip Spesifikasi**

Prinsip spesifikasi berarti materi latihan yang diberikan harus disesuaikan dengan kebutuhan cabang olahraganya (John Shepherd. 2007: 58). Adapun yang perlu dipertimbangkan dalam prinsip spesifikasi, antara lain: (a) spesifikasi kebutuhan sistem energi, (b) bentuk/model latihan, dan (c) pola gerak dan kelompok otot yang terlibat. Misalnya pada cabang olahraga beladiri predomnan sistem energi yang dibutuhkan selama dalam pertandingan adalah anaerobik alaktik, hal itu dikarenakan dalam pergerakan yang dilakukan baik menyerang, menghindar maupun

membalas serangan akan dilakukan dengan cepat

### **C. Komponen-komponen Latihan**

Komponen yang penting dalam latihan antara lain seperti: intensitas, volume, recovery interval, repetisi, set, seri atau sirkuit, durasi, densitas, irama, frekuensi, dan sesi atau unit dapat dilihat dalam uraian berikut ini.

#### **1. Intensitas**

Intensitas, atau komponen kualitas seorang atlet melakukan pekerjaan merupakan variabel penting latihan. Definisikan intensitas dalam kaitannya dengan output daya (yaitu, pengeluaran energi atau kerja per unit waktu), melawan kekuatan, atau perkembangan kecepatan. Menurut definisi ini, semakin bekerja dan berkinerja atlet per unit waktu, semakin tinggi intensitas. Intensitas adalah fungsi aktivasi neuromuskuler, dengan intensitas yang lebih besar (misalnya, output daya yang lebih tinggi, beban eksternal yang lebih tinggi) membutuhkan aktivasi neuromuskuler yang lebih besar, Bompa (2009:81).

Pengertian intensitas adalah ukuran yang menunjukkan kualitas suatu rangsang yang diberikan selama latihan berlangsung (stimulus berupa aktivitas gerak). Adapun untuk ukuran intensitas latihan dapat ditentukan antara lain oleh: 1) One Repetition Maximum, 2) Denyut Jantung Per Menit, 3) Kecepatan (WaktuTempuh), 4) Jarak tempuh, 5) Jumlah Repetisi (Ulangan) Per Menit, 6) Lama Recovery dan Interval.

#### **2. Volume**

Pengertian volume latihan adalah ukuran yang menunjukkan kuantitas (jumlah) suatu rangsang. Bompa, (2009:79) Volume adalah komponen utama dari latihan karena merupakan prasyarat untuk prestasi tinggi teknis, taktis, dan fisik. Volume latihan, kadang-kadang tidak tepat disebut durasi latihan, menggabungkan bagian-bagian yang tidak terpisahkan berikut: (a) jumlah bobot beban tiap butir (item) latihan, (b) jumlah repetisi per sesi, (c) jumlah set/sesi, (d) jumlah pembebanan per sesi, dan (e) jumlah seri/sirkuit per sesi.

Ada banyak metode untuk meningkatkan volume atlet latihan. Tiga metode yang efektif adalah (a) meningkatkan kepadatan (yaitu, frekuensi) dari latihan, (b) meningkatkan volume dalam sesi latihan, dan (c) melakukan keduanya, Bompa, (2009:80).

#### **3. Recovery**

Pengertian recovery adalah waktu istirahat yang diberikan antar set atau antar repetisi

(ulangan) pada saat berlangsungnya latihan. Pemulihan atau regenerasi adalah proses multifactoral yang membutuhkan pelatih dan atlet untuk memahami susunan fisiologis atlet, efek fisiologis dari kedua intervensi latihan dan pemulihan, dan efek mengintegrasikan strategi latihan dan pemulihan. Seorang pelatih atau atlet yang mengerti konsep-konsep ini dapat diterapkan intervensi pemulihan atau modifikasi rencana latihan untuk memaksimalkan hasil latihan, Bompa (2009:104).

#### **D. Komponen Biomotor**

Biomotor adalah kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem-sistem organ dalam, di antaranya: sistem neuromuskuler, pernapasan, pencernaan, peredaran darah, energi, tulang, dan persendian (Sukadiyanto, 2010: 35). Menurut Bompa (2009) komponen dasar dari biomotor olahragawan meliputi kekuatan, ketahanan, kecepatan, koordinasi, dan fleksibilitas. Adapun komponen lain merupakan perpaduan dari beberapa komponen sehingga membentuk satu peristilahan sendiri, diantaranya seperti: power dan kelincahan. Power merupakan gabungan atau hasil kali dari kekuatan dan kecepatan, sedangkan kelincahan merupakan gabungan dari kecepatan dan koordinasi.

##### **1. Ketahanan (Endurance)**

Ditinjau dari lamanya kerja, ketahanan dibedakan menjadi (1) ketahanan jangka panjang, (2) jangka menengah, (3) jangka pendek, (4) ketahanan otot, dan (5) ketahanan kecepatan. Ketahanan jangka panjang adalah ketahanan yang diperlukan selama aktivitas kerja dalam waktu lebih dari 8 menit, di mana seluruh kebutuhan energinya dipenuhi oleh sistem aerobik, artinya, selama aktivitas kerja memerlukan bantuan oksigen (O<sub>2</sub>). Ketahanan jangka menengah adalah aktivitas olahraga yang memerlukan waktu antara 2 sampai 6 menit, di mana energinya dipenuhi oleh sistem energi anaerobik laktik dan oksigen (lactic acid + O<sub>2</sub>). Ketahanan jangka pendek adalah aktivitas olahraga yang memerlukan waktu antara 45 detik sampai dengan 2 menit. Ketahanan otot adalah kemampuan sekelompok otot atau seluruh otot untuk mengatasi beban latihan dalam jangka waktu tertentu. Ketahanan kecepatan atau stamina adalah kemampuan seseorang untuk melakukan serangkaian gerak dengan intensitas maksimal dalam jangka waktu yang lebih lama. (Sukadiyanto, 2010:62)

##### **2. Kekuatan (Strength)**

Kekuatan merupakan komponen biomotor yang penting dan sangat diperlukan untuk meningkatkan daya tahan otot dalam mengatasi beban selama berlangsungnya aktivitas olahraga. Secara fisiologi, kekuatan adalah kemampuan neuromuskuler untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam. Kekuatan lebih baik didefinisikan sebagai kemampuan dari sistem neuromuscular untuk menghasilkan kekuatan terhadap tahanan beban luar (Bompa .O Tudor., 2009:261). Adapun manfaat dari latihan kekuatan, di antaranya untuk: meningkatkan kemampuan otot dan jaringan, mengurangi dan menghindari terjadinya cedera, meningkatkan prestasi, terapi dan rehabilitasi cedera pada otot, dan membantu dalam penguasaan teknik. “Cadangan kekuatan adalah perbedaan antara kekuatan maksimum dan kekuatan yang dibutuhkan untuk melakukan keterampilan dalam kondisi kompetitif. Seorang atlet dengan cadangan kekuatan yang lebih tinggi yang mampu tampil di tingkat yang lebih tinggi. Oleh karena itu, kekuatan dan pengkondisian latihan harus bertujuan untuk membantu atlet mencapai tingkat tertinggi dari kekuatan maksimum selama waktu mingguan yang dikhususkan untuk latihan kekuatan dengan sesi yang lebih dalam olahraga-spesifik, di kondisikan untuk mencegah transfer negative” (Bompa, 2015: 29).

Oleh karena itu latihan kekuatan harus selalu diberikan kepada para atlet yang memang mau menghadapi pertandingan, bukan saja hanya pada perodesasi umum, khusus dan pra kompetisi, tetapi pada periode kompetisi pun masih harus diberikan, tetapi tentu saja harus disesuaikan dengan gerakan-gerakan yang spesifik dan dikonversi pada energi yang pokok dalam pertandingan. Beladiri membutuhkan power dalam proses pertandingan, tentu saja latihan kekuatan pada periode kompetisi harus diarahkan pada power, tentu saja latihan kekuatan tersebut tidak boleh mengganggu kondisi teknik maupun taktik.

Ada beberapa macam kekuatan di antaranya adalah (1) kekuatan umum, (2) kekuatan khusus, (3) kekuatan maksimal, (4) kekuatan ketahanan (ketahanan otot), (5) kekuatan kecepatan (kekuatan elastis atau power), (6) kekuatan absolut, (7) kekuatan relatif, dan (8) kekuatan cadangan. (Sukadiyanto, 2010:94).

### 3. Kecepatan (Speed)

Kecepatan merupakan salah satu komponen biomotor yang sangat diperlukan dalam setiap cabang olahraga. Pengertian kecepatan adalah merupakan kualitas kondisional yang memungkinkan seorang atlet untuk bereaksi secara cepat bila dirangsang dan untuk melakukan gerakan secepat mungkin, (John Shepherd, 2007:1). Kecepatan merupakan perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu

singkat (Dan Gordon, 2009:185). Lebih lanjut dikemukakan, bahwa kecepatan secara umum mengandung pengertian kemampuan seseorang untuk melakukan gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang (Sukadiyanto, 2010:116).

Secara umum kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang. Ada dua macam kecepatan, yaitu kecepatan reaksi dan kecepatan gerak. Kecepatan reaksi adalah kemampuan seseorang dalam menjawab suatu rangsang dalam waktu sesingkat mungkin. Kecepatan reaksi dibedakan menjadi reaksi tunggal dan reaksi majemuk. Kecepatan reaksi tunggal adalah kemampuan seseorang untuk menjawab rangsang yang telah diketahui arah dan sasarannya dalam waktu sesingkat mungkin. Kecepatan reaksi majemuk adalah kemampuan seseorang untuk menjawab rangsang yang belum diketahui arah dan sasarannya dalam waktu sesingkat mungkin.

#### 4. Kelincahan (Agility)

Menurut banyak pelatih dan ilmuwan olahraga, tugas kelincahan adalah perubahan cepat seluruh tubuh baik arah atau kecepatan dalam menanggapi stimulus (Suprak, 2012:1). Kemampuan untuk berhenti, cepat mengubah arah, dan mempercepat dalam menanggapi isyarat eksternal yang diperlukan oleh banyak olahraga (Bompa .O Tudor., 2009:324). Dengan demikian sasaran utama pada latihan kelincahan adalah untuk meningkatkan kemampuan penguasaan gerak terhadap lawan tanding, baik lawan yang akan diserang maupun lawan yang akan menyerang. Oleh karena itu kelincahan selalu terkait dengan biomotor yang lain, terutama koordinasi dan ketangkasan (Dan Gordon 2009 : 191).

#### 5. Fleksibilitas (Flexibility)

Komponen biomotor fleksibilitas merupakan unsur yang penting dalam pembinaan olahraga prestasi. Oleh karena fleksibilitas sangat berpengaruh terhadap komponen biomotor yang lain. Sebab beberapa keuntungan atlet beladiri dengan memiliki fleksibilitas yang baik, antara lain (1) akan keterampilan, (2) menghindarkan dari kemungkinan akan terjadinya (mendapatkan) cedera saat melakukan aktivitas fisik, (3) memungkinkan untuk dapat melakukan gerak yang ekstrim, (4) memperlancar aliran darah sehingga sampai pada serabut otot (Devi Tirtawirya, 2006: 99). Pendapat lain mengatakan Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa PNF dan peregangan statis menghasilkan penurunan kinerja vertical jump, sedangkan kinerja melompat relatif tidak terpengaruh peregangan balistik. Akibatnya, tidak dianjurkan gerakan eksplosive setelah melakukan PNF atau peregangan statis. Namun, jika PNF atau peregangan statis

diperlukan sebelumnya, paling tidak harus dilakukan 15 menit sebelum kinerja. Peregangan balistik dapat digunakan, karena cenderung tidak menurunkan kinerja dan pemanasan diperlukan dalam latihan khusus, latihan pemanasan akan lebih baik memiliki dinamika gerakan yang mirip dengan tindakan yang dilakukan dalam olahraga. Peregangan juga sangat berguna bagi para atlet selama istirahat selama kompetisi (misalnya, turun minum dalam pertandingan sepak bola). (Paul S. Bradley, 2007:226). Mencermati pendapat ahli tersebut fleksibilitas merupakan unsur dasar yang harus ditingkatkan, terutama pada atlet yang masih muda usianya. Pada atlet yang sudah dewasa, fleksibilitas harus tetap dipelihara agar tetap baik melalui latihan peregangan.

## METODA

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.

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. Uraikandengan jelas rencana untuk mencapai luaran yaitu tahun

Pendekatan penelitian merupakan keseluruhan cara atau kegiatan yang dilakukan oleh peneliti dalam melaksanakan penelitian mulai dari perumusan masalah sampai dengan penarikan kesimpulan. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif. Menurut Suharsimi Arikunto (2005 : 234), penelitian diskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan. Penelitian analisis dokumen (analisis isi) adalah penelitian yang dilakukan terhadap gambar, suara, tulisan, atau lain-lain bentuk rekaman Suharsimi Arikunto (2005 : 244). Dengan analisis isi ini peneliti bekerja secara objektif dan sistematis untuk mendeskripsikan isi bahan komunikasi melalui pendekatan kualitatif.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas, objek di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini akan menggunakan populasi Atlet pelatda NPC DIY yang diukur antropometri dan kondisi fisik.

## Tugas Anggota Peneliti

Nama, Peran	Perguruan Tinggi/ Institusi	Bidang Tugas	
Ketua	Dr. Rumpis Agus Sudarko, M.S.	Fisiologi Olahraga	Ketua peneliti sebagai koordinator perencanadan penyusunan proposal, laporan hasil penelitian serta instrument penelitian.
Anggota 1	Prof Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.	Keolahragan	Anggota satu sebagai pelaksana dalam penyusunan proposal, hasil penelitian, instrument penelitian dan pelaksana penelitian
Anggota 2	Dr. Ch. Fajar Sriwahyuniatai, M.Or.	Belajar Gerak	Anggota dua sebagai pelaksana dalam penyusunan proposal, hasil penelitian, instrument penelitian dan pelaksana penelitian
Anggota 3	Dr. Danang Wicaksono, M.Or.	Kepelatihan Khsusu Cabor	Anggota tiga sebagai pelaksana dalam penyusunan proposal, hasil penelitian, instrument penelitian dan pelaksana penelitian
Mahasiswa	Dwi Septiawan	PKO	Pelaksana Penelitian
Mahaisswa	Zenith Aulya	PKO	Pelaksana Penelitian
Mahasiswa	Naraditya Amara	PKO	Pelaksana Penelitian
Mahasiswa	Tri Aulia Nurhidayah	PKO	Pelaksana Penelitian
Mahasiswa	Cindy Novi Andhini	PKO	Pelaksana Penelitian



## JADWAL PENELITIAN

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

Tahun ke-..

No	Nama Kegiatan	Bulan					
		1 Mei/Juni	2 Juni -	3 Juli	4 Agustus	5 Septemb er	6 Oktober
1	Penyusunan dan pengajuan Judul	X					
2	Pengajuan proposal		X				
3	Perijinan penelitian		X				
4	Pengumpulan data		X	X	X	X	
5	Analisis data					X	
6	Penyusunan laporan						X

## 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.

Bompa Tudor., C. A., 2015. *Periodization Training for Sports (Third Edition)*. USA: Human Kinetics. Gordon, D., 2009. *Coaching Scient*. Britain: First published by Learning Matters Ltd.

McLean, D., 2007. Analysis of the physical demands of international rugby union. *Journal Of Sports Sciences*, pp. Volume 10, 1992 - Issue 3.

Muluk, S. D., 2010. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung. Paul S.

Bradley, P. D., 2007. The Effect Of Static, Ballistic, And Proprioceptive Neuromuscular Facilitation Stretching On Vertical Jump Performance. *Journal of Strength and Conditioning Research*, p. 223–226.

Shepherd, J., 2007. *Speed Training*.. London: Electric Word plc.

Tirtawirya, D., 2017. *Program Pembinaan Kondisi Fisik Taekwondo Periode Kompetisi*. Yogyakarta: Disertasi, UNNES.

## LAMPIRAN 1. BIODATA PENGUSUL

### A. IDENTITAS

1.	Nama dan Gelar	Dr Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
2.	NIP/NIDN	196008241986011001 / 0024086004
3.	Pekerjaan	Dosen FIK UNY
4.	Tempat dan Tanggal Lahir	Kulon Progo, 24 Agustus 1960
5.	Agama	Islam
6.	Jenis Kelamin	Laki-laki
7.	Pangkat/Golongan/TMT	Pembina Utama Muda / IV c / 1 April 2013
8.	Jabatan Akademik/TMT	Lektor Kepala 700 (820) 1 Desember 2011
9.	Bidang Ilmu/Mata Kuliah	Kepelatihan Khusus Cabor / Fisiologi Olahraga
10.	Program Studi/Jurusan	PKO / PKO
11.	Fakultas	FIK UNY
12.	Alamat Rumah	Warungboto UH IV / 928 RT 33 RW 08 Umbulharjo, Kota Yogyakarta
13.	Kantor/Telp/Fax	Jl. Colombo No 1, Karangmalang, Yogyakarta 55281 0274-513092
14.	Hp	082133719145
15.	Email	<a href="mailto:rumpis@uny.ac.id">rumpis@uny.ac.id</a>

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

No.	Sekolah	Program (S1, S2, S3)	Bidang Ilmu	Tahun Lulus
1.	SD Negeri Bendungan 1	-	-	1972
2.	SMP Negeri 1 Wates	-	-	1975
3.	SPG Negeri Wates	-	-	1979
4.	IKIP Negeri Yogyakarta	S1	Olahraga Kesehatan	1985
5.	Universitas Airlangga Surabaya	S2	Ilmu Kesehatan Olahraga	1992
6.	UNESA Surabaya	S3	Ilmu Keolahragaan	2020

### C. RIWAYAT PEKERJAAN

No.	Pangkat dan Jabatan	Gol	Berlaku TMT
1.	CPNS	III/a	1 Januari 1986
2.	PNS	III/a	1 Juni 1987
3.	Penata Muda/Asisten Ahli 150 (159,75)	III/b	1 Oktober 2002
4.	Penata/Lektor 300 (367,78)	III/c	1 April 2005
5.	Penata Tk I/Lektor 300 (367,78)	III/d	1 April 2007
6.	Pembina/Lektor Kepala 550 (630,56)	IV/a	1 April 2009
7.	Pembina Tk I/Lektor Kepala 550(630,56)	IV/b	1 April 2011
8.	Pembina Utama Muda /Lektor Kepala 700 (820)	IV c	1 April 2013

#### D. MATA KULIAH YANG DIAMPU

No.	Mata Kuliah	Strata	Keterangan
1.	Fisiologi Manusia	S1	Prodi PKO
2.	Fisiologi Manusia	S1	Prodi PJSD
3.	Fisiologi Olahraga	S1	Prodi PKO
4.	Sejarah dan Filsafat Olahraga	S1	Prodi PKO
5.	Teori dan Metode Latihan Fisik Judo	S1	Prodi PKO
6.	Teori dan Metode Latihan Mental	S1	Prodi PKO
7.	Imu Kepeleatihan Dasar Judo	S1	Prodi PKO
8.	Ilmu Kepeleatihan Lanjut Judo	S1	Prodi PKO
9.	Dasar Perwasitan Judo	S1	Prodi PKO
10.	Teori dan Metode Latihan Tehnik Taktik Mental Judo	S1	Prodi PKO
11.	Pengantar Fisiologi Latihan	S2	Prodi PKO
12.	Fisiologi dan Anatomi Latihan	S2	Prodi PKO
13.	Teori Manajemen dan Pemasaran Teknologi Industri Olahraga	S2	Prodi PKO
14.	Isu Ilmu Olahraga	S3	Prodi IK
15.	Pelaksanaan Penelitian Disertasi	S3	Prodi IK
16.	Penyusunan Proposal Disertasi	S3	Prodi IK

#### E. TRAINING, SHORT COURSE DAN SEJENISNYA

No.	Kegiatan	Level	Penyelenggara	Tahun
1.	Pelatihan Metodologi Penelitian	-	Pascasarjana UGM	2009
2.	Pelatihan Manajemen Perguruan Tinggi		UNY	2012
3.	ESQ Leadership Training		UNY	2012
4.	Pelatihan Uji Kompetensi Pelatih Olahraga	Nasional	BNSP	2019
5.	Pelatihan Manajemen Industri Olahraga	Nasional	Kemenpora RI	2022

#### F. KARYA PENELITIAN

PENGALAMAN PENELITIAN			
Tahun	Judul Penelitian	Ketua/Anggota Tim	Sumber Dana
2010	Pelaksanaan Praktikum Ambang Anaerob Mahasiswa PKO FIK UNY	Ketua	DIPA UNY
2014	Penyusunan Panduan Event Ilmiah Olahraga	Anggota	DIPA UNY

2014	Studi Perbandingan Pengembangan Kurikulum Mengacu KKNI Pada Lembaga Pendidikan Tinggi Keolahragaan	Ketua	DIPA UNY
2014	Need and demand Vocational education Pelatih Fisik di Fakultas Ilmu Keolahrgaan UNY	Ketua	Hibah Dikti Kemedikbud
2016	Identifikasi Muscle Im Balance pada Atlet Basebal PON DIY	Ketua	DIPA FIK UNY
2018	MODEL TERAPI MUSIK UNTUK MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN SEBELUM BERTANDING PADA ATLET DISABILITAS (PARALYMPIAN)	Anggota	Hibah Dikti Kemenristek Dikti
2018	Model Seleksi Atlet Pemusatan Latihan Atletik Jawa Timur	Ketua	Hibah Dikti Kemedikbud
2018	Pengembangan model latihan sirkuit dengan periodisasi jangka pendek terhadap Biomotor.	Anggota	DIPA FIK UNY
2019	PERFORMA KONDISI FISIK ATLET PUSLATDA PRA PON DIY 2019	Anggota	DIPA FIK UNY
2020	Perfoma Kondisi Fisik Atlet Puslatda PON XX DIY 2020 Papua	Ketua	DIPA FIK UNY
2021	MODEL TES FLEKSIBILITAS TENDANGAN PADA BELADIRI TAEKWONDO	Anggota	DIPA FIK UNY
2021	EVALUASI KINERJA ATLET DAN PELATIH KONTINGEN PUSLATDA PON 2021 DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA PADA MASA PANDEMI	Anggota	DIPA UNY

**G. PUBLIKASI ILMIAH PADA JURNAL/MAJALAH/WORKSHOP/SEMINAR G.1.  
PUBLIKASI PADA JURNAL ILMIAH BEREPUTASI SCOPUS**

No.	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/No/Tahun
1.	<u>Developing information media as dehydration prevention strategy in indonesia recreational futsal players</u>	Bangladesh Journal of Medical Science 19 (1), 122-128	Volume 19 (1) 2020
2	Model of National Athlete Training Centre-B toward the Prestige of Provincial Government of All Indonesian Athlete Association in East Java	<b>International Journal of Human Movement and Sports Sciences Vol. 9(1), pp. 27 - 33</b>	Volume 9 (1) 2021

## G.2. PUBLIKASI PADA JURNAL ILMIAH

No.	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/No/Tahun
1.	<u>Penilaian Muscle Imbalance dengan metode Functional Movement Screen pada atlet baseball sub-elite Indonesia</u>	<b>Jurnal Prestasi</b>	15 / 1 / 2019

## G.3. PUBLIKASI ILMIAH PADA KONFERES/SEMINAR

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel	Penyelenggara
1	2nd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS 2018) and 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sports (CoIS 2018)	<u>The contest validation of circuit training design to improve biomotor components in table tennis performance</u>	UNY Atlanta Publisher
2	<u>In Proceedings of the 3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports - YISHPESS and CoIS,</u>	Vo2max Athletes Performance of Yogyakarta Special Region in Pre PON 2019	UNY Atlanta Publisher
3	Conference on Interdisciplinary Approach in Sports in conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021)	<u>The Effect of the Workshop on Improving the Ability to Prepare Exercise Observation Instruments for Regional Coach of DIY Province</u>	UNY Atlanta Publisher
4	Conference on Interdisciplinary Approach in Sports in conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021)	<u>Evaluation of the Level of Physical Condition of the Center of Athletes Special Region of Yogyakarta</u>	UNY Atlanta Publisher

## H. PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

No.	Tahun	Judul Kegiatan	Tempat
1	2013	Gelar Senam Massal Kerjasama Dengan Yayasan Jantung Sehat Indonesia Cabang Provinsi DIY dan PT Askes	Yogyakarta
2	2014	Pengenalan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Kinestetik Pada Guru-Guru Taman Kanak-Kanak	Yogyakarta
3	2014	Pelatihan Pelatih Bola Voli DIY Kerjasama Dengan PBVSI DIY	Yogyakarta
4	2015	Upaya Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Massase Olahraga Bagi Pemuda di Kecamatan Depok Sleman DIY	Sleman
5	2015	Implementasi Peraturan dan Bermain Softball Di Kabupaten Kulon Progo	Kulon Progo
6	2016	Invitasi Softball Antar SMA Sebagai Seleksi Pemain Yunior DIY	Yogyakarta

7	2017	Pelatihan Identifikasi Pemanduan Bakat Istimewa Olahraga Bagi Guru Penjas, Pembina dan Tim Manajemen Kelas Khusus Olahraga Kab. Gunung Kidul	Gunung Kidul
8	2017	Pemberdayaan Siswa Berkebutuhan Khusus Tunanetra Melalui Kejuaraan Goalball Se-Kota Yogyakarta	Yogyakarta
9	2018	Bimtek Pelatihan Kondisi Fisik Pelatih Puslatda DIY	Yogyakarta
10	2019	Pelatihan Penyusunan Program Latihan Bagi Pelatih Puslatda Pra PON DIY	Yogyakarta
11	2020	Penerapan Metode Workshop Untuk Meningkatkan Kemampuan Menyusun Instrumen Evaluasi Latihan Bagi Pelatih Puslatda PON XX DIY	Yogyakarta
12	2021	Penerapan Metode Workshop Untuk Peningkatan Kemampuan Penyusunan Instrumen Observasi Latihan Bagi Pelatih Olahraga DIY	Yogyakarta

## I. BUKU

No	Judul Buku	Penulis	Penerbit
1	Model Pemusatan Latihan Jangka Panjang Cabang Olahraga	Rumpis Agus Sudarko Awan Hariono	UNY Press

## J. PENGALAMAN JABATAN

Jabatan	Institusi	Tahun ...s.d. ..
Ketua Jurusan PKL (Pendidikan Kepelatihan Olahraga)	FIK Universitas Negeri Yogyakarta	2007 - 2008
Wakil Dekan I (Bidang Akademik)	FIK Universitas Negeri Yogyakarta	2008 - 2011
Dekan	FIK Universitas Negeri Yogyakarta	2011 - 2015

Yogyakarta, 16 Pebruari 2023



Dr. Dra. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 1986 01 1 001

Lampiran . Biodata Anggota peneliti

1. Anggota 1

**A. Identitas Diri**

1.	nama Lengkap	Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S
2.	P/NIDN	6004071986012001/0007046012
3.	tempat dan Tanggal Lahir	Sleman, 07 April 1960
4.	tingkat dan Golongan	ombina Utama Madya/IVd
5.	keahlian Fungsional	Kejuruan Guru Besar
6.	keahlian Bidang Ilmu	Kejuruan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
7.	keahlian Program Studi/Jurusan	Kejuruan Pendidikan Kejuruan O/PKL
8.	keahlian Sertifikat	Sertifikat Keolahragaan
9.	alamat Kantor/Telepon/HP	Colombo No 1 Yogyakarta (0274) 797167/0811250945
10.	alamat Rumah	Desa Sidagungan RT 01/07 Sidoagung, Godean, Sleman, Yogyakarta
11.	alamat Email	<a href="mailto:Endang_fik@uny.ac.id">Endang_fik@uny.ac.id</a>
12.	alamat Akademik	opus ID: 57200070120 ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0003-4857-3935">https://orcid.org/0000-0003-4857-3935</a>

**B. Riwayat Pendidikan**

No.	Pendidikan	Kota	Bidang Ilmu	Tahun Lulus	URL Ijazah
01	SD Negeri 3 Godean	Yogyakarta		1972	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayatpendidikan/EndangRiniSukamtiIjazahSD.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayatpendidikan/EndangRiniSukamtiIjazahSD.pdf</a>
02	SMP St. Albertus Godean	Yogyakarta		1975	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20SMP.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20SMP.pdf</a>
03	SMEA N Godean	Yogyakarta	Tata Usaha	1979	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20SMEA.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20SMEA.pdf</a>
04	Sarjana	FIK-IKIP Yogyakarta	Olahraga Kesehatan	1985	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20S1.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20S1.pdf</a>
05	Magister	UNAIR Surabaya	Ilmu Kesehatan Olahraga	1992	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20S2.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20Ijazah%20S2.pdf</a>

06	Doktor	UNESA Surabaya	Ilmu Keolahragaan	2016	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20-Ijazah%20S3.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/riwayat%20pendidikan/Endang%20Rini%20Sukamti%20-Ijazah%20S3.pdf</a>
----	--------	----------------	-------------------	------	---

### C. RIWAYAT PEGAWAI NEGERI SIPIL

No	PNS	Pangkat/Jab	Gol	tmt	SK URL
01	CPNS	Asisten Ahli Madya	IIIa	01-01-1986	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20CPNS.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20CPNS.pdf</a>
02	PNS	Penata Muda/Asisten Ahli Madya	IIIa	01-06-1987	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20Asisten%20Ahli%20Madya.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20Asisten%20Ahli%20Madya.pdf</a>
		Penata Muda/Asisten Ahli	IIIb	01-10-1993	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IIIB.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IIIB.pdf</a>
		Penata Muda Tk I/Asisten Ahli	IIIc	01-04-1999	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IIIC.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IIIC.pdf</a>
		Penata Tk I/Lektor Madya	IIId	01-10-2004	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IIID.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IIID.pdf</a>
		Pembina/Lektor Kepala	IVa	01-10-2008	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVA.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVA.pdf</a>
		Pembina Tk I/Lektor Kepala	IVb	01-10-2010	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVB.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVB.pdf</a>
		Pembina Utama Muda/Lektor Kepala	IVc	01-10-2012	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVc.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVc.pdf</a>
		Pembina Utama Madya/ Guru Besar (908,9 kum)	IVd	01-12-2020	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVd.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Endang%20Rini%20Sukamti%20IVd.pdf</a>

### D. Mata Kuliah yang Diampu

No.	Mata Kuliah	Program	Institusi/Jurusan/ Program studi	Tahun Akademik
	sar Gerak Senam	S1	PKL/PKO	2005-sekarang
	trampilan Dasar Senam	S1	PKL/PKO	2004-sekarang
	trampilan Lanjut Senam	S1	PKL/PKO	2004-sekarang
	trampilan Lanjutan Senam	S1	PKL/PKO	2004-sekarang



Metode Melatih Fisik Senam	S1	PKL/PKO	2004-sekarang
Metode Melatih Teknik dan Taktik Senam	S1	PKL/PKO	2009-sekarang
Perencanaan Program Latihan Senam	S1	PKL/PKO	2009-sekarang
Pengajaran Mikro Senam	S1	PKL/PKO	2009-sekarang
Magang Melatih Senam	S1	PKL/PKO	2009-sekarang
Anatomi Manusia	S1	PKL/PKO	2015-sekarang
Pemanduan Bakat	S1	PKL/PKO	2015-sekarang
Pembelajaran Motorik	S1	PKL/PKO	2014-2016
Perkembangan Motorik		PKL/PKO	2004- sekarang
Pewarisan Senam	S1	PKL/PKO	2017-sekarang
Pemanduan Bakat	S2	Pascasarjana IK	2018-sekarang
Seminar Proposal Tesis	S2	Pascasarjana IK	2018-sekarang
Sertifikasi dan Pengembangan Bakat	S2	Pascasarjana PKO	2018-sekarang
Pentuan Topik, Tema, Judul dan Penyusunan Pra Proposal Tesis	S2	Pascasarjana PKO	2019-sekarang
Anatomi dan Fisiologi Latihan	S2	Pascasarjana PKO	2020-sekarang
Ilmu Olahraga	S2	Pascasarjana PKO	2020-sekarang
Kejuruan Kepelatihan Olahraga	S2	Pascasarjana PKO	2020-sekarang
Penyusunan Proposal Disertasi	S3	Pascasarjana IK	2020-sekarang
Pelaksanaan Penelitian Disertasi	S3	Pascasarjana IK	2020-sekarang
Pembuatan Proposal Disertasi	S3	Pascasarjana IK	2020-sekarang

#### E. Training, Short Visit dan Sejenisnya

No.	Kegiatan		Tahun
01	LPTK CUP, Temu Ketua Jurusan Tingkat Nasional, Seminar Internasional	UNESA Surabaya	2005
02	LPTK CUP, Temu Ilmiah	Undhiksa, Bali	2007
03	LPTK CUP, Temu Ilmiah	UNY	2007
04	LPTK CUP, Seminar Internasional	Gorontalo	2009
05	LPTK CUP, Temu Ilmiah	Univ Manado	2011
06	Lokakarya Nasional	UPI Bandung	2012
07	LPTK CUP, Seminar Internasional	Padang	2012
08	Seminar nasional, Temu ketua Jurusan Kepelatihan Nasional, Mengikuti Ujian Terbuka S3	UNJ, Jakarta	2012
09	Peserta Rakornis Iptek Keolahragaan II dengan tema "Revitalisasi Arah pengembangan IPTEK Olahraga Internasional"	Bengkulu	2012
10	LPTK CUP, Temu Ilmiah	UPI Bandung	2013
11	Pelaksanaan Tes Bakat Istimewa	Kulon Progo DIY	2013
12	Workshop dan Lokakarya Revitalisasi Prodi Keolahragaan di LPTK	Senggigi, Lombok	2013
13	The 3rd International Seminar on Physical	UNNES,	2013

	Education, Sports and Health 2013	Semarang	
14	Hongkong	Hongkong (mandiri)	2013
15	International Sport Science Student Conference 2013 (University of Malaya, Kuala Lumpur) Peserta kegiatan Selangor Malaysia Kerjasama PPM dengan Malaysia	Malaysia (tugas)	2013 2014
16	Workshop dan Lokakarya Revitalisasi Prodi Keolahragaan di LPTK	UNESA, Surabaya	2014
17	ACER Training: Institutional cooperation program for developing a dynamic classroom and conducting action research (Melbourne)	Australia (tugas)	2014
18	Studi Banding	UNM Malang	2014
19	LPTK CUP, Seminar Internasional	Makasar	2015
20	Beijing University	China (tugas)	2015
21	Kunjungan ke Nami Island, NTSU dan SNU, Shinheungsa temple	Korea (Mandiri)	2016
22	Tri Eks STO Forum Discussion Pimpinan Lembaga	UNS Solo	2016, 2013, 2010, 2007, 2004
23	Narasumber Coaching Clinies Kepelatihan Pelatih Olahraga, KONI Kabupaten Kebumen Jawa Tengah	Kebumen, Jawa Tengah	2017
24	Tri Eks STO Forum Discussion Pimpinan Lembaga, Seminar Internasional	UNNES Semarang	2018, 2015, 2012, 2009, 2006
25	Melaksanakan ibadah haji Melaksanakan Ibadah Umroh	Saudi Arabia (Mandiri)	1997 2004, 2010, 2012, 2014, 2016, 2018
26	Jerman Timur (Stadion Bayern Munich), Hongaria (sejarah Budha), Yunani (Sejarah Kuno Olahraga (Stadion Olahraga), Austria (Museum), Santorini/Yunani (Sejarah Umat Nasrani)	Eropa Timur (Mandiri)	2018
27	Seminar <i>10th International Conference on Business, Economics and Social Sciences</i> , Academic research Foundation	Lombok Barat, NTB	2018
28	Pelatihan Reviewer Penelitian	Yogyakarta	2018
29	International E-Conference "Promoting A Bright Active Future for Tomorrow's Youth" University of Horticultural Sciences Bagalkot		2020
30	Diskusi Kerja Sama UNY menuju PTN-BH dengan Universitas Brawijaya	Malang, Jawa Timur	2022
31	Konspasi X di Universitas Negeri Manado	Manado, Sulawesi Utara	2022
32	Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) XVII Tahun 2022	Padang, Sumatera Barat	2022

## F. Karya Ilmiah

### 1. Penelitian 10 (Sepuluh) Tahun Terakhir

No.	Judul	Sumber Dana	Tahun
01	Mapping Lama Waktu Proses Pembimbingan Skripsi Mahasiswa pada Prodi PKO FIK UNY	PA UNY	2012
02	Pengungkap Minat Orangtua Calon Siswa Social Sport Schools Real Madrid UNY	PA UNY	2012
03	Pengembangan Alat “Smart” (Sederhana, Murah, Akurat, Responsible dan Terukur) Balance Test Modification	PA UNY (BOPTN)	2013
04	Profil Sumber Daya Pendidik PAUD untuk Pengembangan Aspek Motorik pada Anak Usia Dini	PA UNY	2013
05	Refleksi Peran Civitas Akademika dan Alumni UNY pada Pembinaan Olahraga Prestasi DIY	PA UNY	2013
06	Profil Anthropometrik dan Kesehatan Atlet Puslatda Pra PON XIX DIY	PA UNY	2014
07	Penyusunan Company Profile Prodi PKO UNY Berbasis Video	PA UNY	2014
08	Pengaruh Kebugaran Jasmani Terhadap Status Kesehatan Instruktur Senam Aerobik di Yogyakarta	PA UNY	2014
09	Pengembangan Strength Test Modification for Sport Measurement and Evaluation	PPM	2014
10	Pengaruh Kebugaran Jasmani terhadap Status Kesehatan Instruktur Senam Aerobik di Yogyakarta	PA UNY	2015
11	Case Study pada Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta dalam Upaya Peningkatan Kualitas Alumni	PA UNY	2015
12	Pengaruh Latihan Senam Kebugaran dan Senam Kelentukan terhadap Daya Tahan Aerobik Mahasiswa PKO Angkatan 2015	PA UNY	2016
13	Kontribusi Kelentukan, Kekuatan, dan Keseimbangan terhadap Gerak Meroda pada Mahasiswa PKO Angkatan 2016	PA UNY	2017
14	Pengembangan Media Pembelajaran “Stop Motion Teknik Senam Lantai pada Smartphone”	PA UNY	2017
15	Rekayasa Model Seleksi Pemanduan Bakat Senam Artistik Berbasis Aplikasi	PA UNY	2018
16	Uji Efektivitas Model Seleksi Pemanduan Bakat Senam Artistik Berbasis Aplikasi	PA UNY	2018
17	Aplikasi Pemanduan Bakat Senam Artistik	PA UNY	2018

	Terhadap Keterampilan Dasar		
18	Kontribusi Kondisi Fisik terhadap Keterampilan Dasar Senam Mahasiswa PKO FIK UNY	PA UNY	2019
19	Comparison of Knowledge, Attitudes and Behaviors Regarding Hydration among Indonesian and Australian College Athletes	PA UNY	2020
20	Pengembangan Desain Sentra Pembibitan Olahraga Kabupaten Sleman	PA UNY	2020
21	Validitas dan reliabilitas Smart Whole Body Reaction (WBR) Mahasiswa UPSI Malaysia dan UNY Indonesia	PA UNY	2020
22	Studi Keterserapan Alumni Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta dalam Dunia Kerja sebagai Feedback untuk Pengembangan Prodi	PA UNY	2021
23	A Comparative Study of Physical Fitness in Indonesia and Burundian Athletes	PA UNY	2021
24	Comparison of the Effect of Variations in the Intensity of Endurance Training (Walking-Jogging-Running) on the Increase in Aerobic Capacity among Indonesian and Saudia Arabia College Students	PA UNY	2021
25	Evaluasi Kinerja Atlet dan Pelatih Kontingen Puslatda PON 2021 Daerah Istimewa Yogyakarta Pada Masa Pandemi	PA UNY	2021
26	Studi Eksplorasi Tingkat Kepuasan Pengguna Lulusan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga	PA UNY	2021
27	Pengembangan Instrumen untuk Pemanduan Bakat Cabang Olahraga Panahan di Daerah Istimewa Yogyakarta	PA UNY	2021
28	Motivasi Belajar dan Berprestasi di SMAN Olahraga Sidoarjo dan Sekolah SUKAN Terengganu Malaysia	PA UNY	2022
29	Inovasi Software Talent Identification Cabang Olahraga Panahan Di Daerah Istimewa Yogyakarta	PA UNY	2022
30	Studi Eksplorasi Level Pengetahuan Perencanaan Program Latihan pada Pelatih Cabang Olahraga KONI Kulon Progo	PA UNY	2022
31	Efek Kualitas Layanan Pelatihan dan Dukungan Keluarga dan Pelatih terhadap Motivasi Latihan bagi Anak Disabilitas NPC Yogyakarta	PA UNY	2022
32	Strategi Peningkatan Kinerja Penelitian Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2023-2025	PA UNY	2022

## 2. Artikel 10 (sepuluh) tahun terakhir

No.	Judul	Dipublikasikan pada	Link	Tahun
01	Length Test Performance Modification Max 400 Kg for Sport Measurement and Evaluation Digital Base	ICT International Journal of Computer Techniques, 2015, 6, 2,		2015
02	Development of Learning Media “Stop Motion Technique Gymnastic Floor on Smartphone”	MAN IN INDIA Founded in 1921 by Sarat Chandra Roy an International Journal of Anthropology (this title in indexed in Scopus), 2017, 24, 97, 0025-1569	<a href="http://www.serialspublications.com">www.serialspublications.com</a> <a href="http://www.serialsjournals.com">www.serialsjournals.com</a>	2017
03	Rhythmic Gymnastics of the Early Childhood	Advances in Social Science, Education and Humanities Research, volume 278 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://download.atlantispress.com/article/55909346.pdf">https://download.atlantispress.com/article/55909346.pdf</a>	2018
04	Stratification of Biomotors in Gymnastic Talent Scouting Early Childhood	MAN IN INDIA (this title is indexed in Scopus) 2018, 1, 98, 0025-1596	<a href="http://serialsjournals.com/abstract/61730_21.pdf">http://serialsjournals.com/abstract/61730_21.pdf</a>	2018
05	The Effect of Artistic Gymnastics Talent Scouting Application to Artistic Gymnastic Basic Skills	Social Science, Education and Humanities Research, volume 278 2nd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS 2018) 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sports	<a href="https://download.atlantispress.com/article/55909321.pdf">https://download.atlantispress.com/article/55909321.pdf</a>	2018

		(CoIS 2018)		
06	The Effectiveness Test of Artistic Gymnastic Talent Scouting Selection Model – Based Application	Advances in Health Science Research (AHSR), volume 7 2nd International Conference on Sports Sciences and Health 2018 (ICSSH 2018)	<a href="https://download.atlantis-press.com/article/55914029.pdf">https://download.atlantis-press.com/article/55914029.pdf</a>	2018
07	Application of Basic Sttistical Analysis for Gymnastics Talent Scouting	Global and Stochastic Analysis (GSA) (this title is indexed in Scopus), 2018, 8, 5, 2248-9444	<a href="https://www.mukpublications.com/gsa.php">https://www.mukpublications.com/gsa.php</a> <a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/penelitian/24.Karya%20Ilmiah;%20Aplikation%20Of%20Basic%20Statistical%20%20Analysis%20Of%20Gymnastics%20Talents%20Scouting.%20Journal%20GSA.%20Vol%205%20Number%208%202018%20ISSN%202248-9444.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/penelitian/24.Karya%20Ilmiah;%20Aplikation%20Of%20Basic%20Statistical%20%20Analysis%20Of%20Gymnastics%20Talents%20Scouting.%20Journal%20GSA.%20Vol%205%20Number%208%202018%20ISSN%202248-9444.pdf</a>	2018
08	Technological Innovation with Visual and Auditory Stimulus: Testing the Validity and Reliability of Smart WBRT 515-GM	Jour of Adv Research in Dynamical & Control Systems, Vol. 12, Issue-06, 2020	<a href="https://www.jardcs.org/abstract.php?id=4914#">https://www.jardcs.org/abstract.php?id=4914#</a>	2020
09	Analysis and Evaluation of Psychological Training Program in Yogyakarta National Gymnastics Championship Athletes	In Proceedings of the 3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports (YISHPESS and CoIS 2019), pages 176-179 ISBN: 978-989-758-457-2 Copyright © 2020 by SCITEPRESS – Science and Technology Publications, Lda. All rights reserved	<a href="https://www.scitepress.org/Link.aspx?doi=10.5220/0009798105830586">https://www.scitepress.org/Link.aspx?doi=10.5220/0009798105830586</a>	2020

10	Developing Basic Techniques of Artistic Gymnastics Book: Gymnastics on Motion	In Proceedings of the 3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports (YISHPESS and CoIS 2019), pages 583-586 ISBN: 978-989-758-457-2 Copyright © 2020 by SCITEPRESS – Science and Technology Publications, Lda. All rights reserved	<a href="https://www.scitepress.org/PublicationsDetail.aspx?ID=K+PEdXmqbgU=&amp;t=1">https://www.scitepress.org/PublicationsDetail.aspx?ID=K+PEdXmqbgU=&amp;t=1</a>	2020
11	Effect of Physical Conditioning on Student Basic Skills Gymnastics	<i>Cakrawala Pendidikan</i> , Vol. 39, No. 1, February 2020	<a href="https://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/29641/pdf">https://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/29641/pdf</a>	2020
12	Developing Information Media as Dehydration Prevention Strategy in Indonesia Recreational Futsal Players	Bangladesh Journal of Medical Science Vol. 19 No. 01 January'20	<a href="https://www.banglajol.info/index.php/BJMS/article/view/43884/32388">https://www.banglajol.info/index.php/BJMS/article/view/43884/32388</a>	2020
13	Validity and Reliability of Talent Identification Instrument in Archery			2021
14	Tactics Analysis of Attacking the Pansa FC Women's futsal team Yogyakarta, Indonesia	International Journal of Human Movement and Sports Sciences, Vol. 9, No. 2, pp. 356 - 362, 2021. DOI: 10.13189/saj.2021.090225	<a href="http://www.hrpub.org">http://www.hrpub.org</a>	2021
15	Specifics of Basic Biomotor Components for Rhythmic Gymnastics	Advances in Health Sciences Research, volume 43 Copyright © 2022 The Authors. Published by Atlantis Press International B.V. This is an open access article distributed under	<a href="http://www.hrpub.org">http://www.hrpub.org</a>	2022

		the CC BY-NC 4.0 license - <a href="http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/">http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/</a> . Conference on Interdisciplinary Approach in Sports in conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021)		
15	The Impacts of Plyometric Circuit Training before and after Technical Training on Cardiorespiratory and Power Abilities of Junior Male Volleyball Athletes	International Journal of Human Movement and Sports Sciences 10(4): 823-831, 2022 <a href="http://www.hrpub.org">http://www.hrpub.org</a> DOI: 10.13189/saj.2022.100423	<a href="http://www.hrpub.org">http://www.hrpub.org</a>	2022
17	Coordination Training Model Innovation for Junior Futsal Players: Aiken's Validity	Advances in Health Sciences Research, volume 43 Copyright © 2022 The Authors. Published by Atlantis Press International B.V. This is an open access article distributed under the CC BY-NC 4.0 license - <a href="http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/">http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/</a> . Conference on Interdisciplinary Approach in Sports in conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021)		2022
18	The Impacts of Plyometric Circuit Training before and after Technical Training on Cardiorespiratory and	International Journal of Human Movement and Sports Sciences 10(4): 823-831, 2022 DOI: 10.13189/saj.2022.1004	<a href="http://www.hrpub.org">http://www.hrpub.org</a>	2022



	Power Abilities of Junior Male Volleyball Athletes	23		
19	Development of Early Childhood Skills by Guiding Tests in Sports Rhythmic Gymnastics	International Journal of Human Movement and Sports Sciences 10(2): 253-263, 2022 DOI: 10.13189/saj.2022.100216	<a href="http://www.hrpub.org">http://www.hrpub.org</a>	2022
20	Needs Analysis of Physical and Technical Test Models to Identify Children Talents in National Development Category in Gymnastics Aerobic Sports	Chinese Journal of Medical Genetics <a href="http://zhyxycx.life/">http://zhyxycx.life/</a>		2022

### 3. Menulis Buku

No	Judul Buku	Tahun	Penerbit	ISBN	
1	Pemanduan Bakat Senam Artistik Usia Dini	2017	Unypress	978-602-6338-86-0	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/penelitian/1.Buku%20Referensi;%20PEMANDAN%20BAKAT%20SENAM%20ARTISTIK%20USIA%20DINI;%20ISBN;%20978-602-6338-86-0.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/penelitian/1.Buku%20Referensi;%20PEMANDAN%20BAKAT%20SENAM%20ARTISTIK%20USIA%20DINI;%20ISBN;%20978-602-6338-86-0.pdf</a>
2	Perkembangan Motorik	2018	Unypress	978-602-556-47-9	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/penelitian/2.Buku%20Referensi;%20PERKEMBANGAN%20MOTORIK;%20ISBN;978-602-556-47-9.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/penelitian/2.Buku%20Referensi;%20PERKEMBANGAN%20MOTORIK;%20ISBN;978-602-556-47-9.pdf</a>
3	Perwasitan Senam Ritmik Sportif	2019	Unypress	978-979-562-052-5	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/PERWASITAN%20SENAM%20RITMIK%20SPORTIF.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/PERWASITAN%20SENAM%20RITMIK%20SPORTIF.pdf</a>
4	Dasar-Dasar Senam Lantai	2019	Unypress	978-602-498-031-3	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/DASAR-DASAR%20SENAM%20LANTAI.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/DASAR-DASAR%20SENAM%20LANTAI.pdf</a>
5	Anatomi Manusia	2019	Unypress	978-602-4981-79-5	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Anatomi_Manusia.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/lainlain/Anatomi_Manusia.pdf</a>
6	Domain Biomotor pada Senam Pembentukan (Kajian Akademis)	2020	Unypress	978-602-8429-79-5	

7	Ensiklopedi Instrumen Tes dan Pengukuran Pemanduan Bakat Olahraga	2020	Unypress	978-802-8429-80-1	
8	Perwasitan Aerobic Gymnastics	2021	Unypress	978-602-498-434-2	
9	Teori dan Metodologi Latihan Fisik Senam	2021	Unypress	978-602-498-437-3	
10	Model Latihan Daya Tahan dan Koordinasi Futsal untuk Kelompok Usia 12 Tahun (KU-12)	2022	FIK UNY	978-602-8429-88-7	

#### 4. Pengalaman Perolehan HKI

No	Judul / Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P / ID
1	Pemanduan Bakat Senam Artistik Usia Dini	2017	Buku	000191515
2	Perkembangan Motorik	2018	Buku	000191516
3	Panduan Software Analisis Keberbakatan Senam	2019	Buku	000164312
4	Dasar-Dasar Senam Lantai	2019	Buku	000169824
5	Pengembangan Latihan Teknik Dasar Bulu Tangkis Pada Anak Usia Dini Berbasis Android	2020	Buku	000184609
6	Teknik Dasar Penjaga Gawang ( <i>Goalkeeper</i> ) untuk Atlet K-U 10 tahun	2020	Buku	000185102

#### G. Pengabdian Kepada Masyarakat 10 (Sepuluh) tahun terakhir

No	Judul	Tahun
01	latihan Tenaga Pendidik PAUD di Kelurahan Sidoagung	2012
02	mba Senam Lansia Bugar dalam Rangka Dies UNY ke 48	2012
03	mba Kreativitas Kader PAUD Membuat Formasi dengan Iringan Musik	2013
04	mba Animal Dance untuk Anak-Anak PAUD di Kecamatan Godean Sleman	2014
05	sialisasi Hubungan Denyut Jantung dengan Metabolisme Instruktur Senam Aerobik di Yogyakarta	2015
06	ndampingan oleh Tim Prodi PKO FIK dalam Rangka Pencapaian Target Medali Emas PON Tahun 2016 di Jawa Barat	2016
07	latihan Pelatih Senam di Gunung Kidul	2017
08	ndampingan Pembinaan Olahraga Prestasi KONI Kabupaten Kebumen Menghadapi Kualifikasi PORDA 2017	2017
09	latihan paket Senam Kebugaran Jasmani Indonesia Bersatu bagi Komunitas Senam di Wilayah Sleman	2018

10	latihan 3M (Mental Maintenance Management) Kolaborasi Bersama KONI Kebumen Menyongsong Sukses PORDA Jawa Tengah 2018	2018
11	latihan Atlet Aerobic Gymnastics dan Workshop Strategi Melatih Senam bagi Instruktur Aerobik DIY	2019
12	sialisasi dan Lomba Senam Aerobic Gymnastics se-DIY	2020
13	Manajemen Pengelolaan Klub Panahan di Kabupaten Sleman	2021
14	sialisasi Senam Relaksasi dan Peregangan untuk Pegawai	2021
15	latihan Program Latihan Kelincahan dan Power Pelatih Kota Yogyakarta	2021
16	latihan Program Kepelatihan bagi Pelatih Kulon Progo	2022
17	Optimalisasi Pelatihan Fisik Berbasis Evaluasi dengan Metode Tes dan Pengukuran	2022

#### H. Kegiatan Seminar/Workshop 10 (Sepuluh) Tahun Terakhir

No	Judul Makalah	Disampaikan pada/tahun
01	Reasoning Strategi for Fairplay Behaviour	2013
02	The Human Resource Profil of early Childhood Education (PAUD) Teacher for Motoric Aspect of early Childhood Children	2014
03	Peningkatan Daya Saing Atlet DIY melalui Pemberdayaan Pelatihan dalam Perencanaan Latihan (Mental dan Physical Training)	2014
04	Pengembangan Biomotor Atlet Senam Artistik	2015
05	Pemetaan Sertifikasi Pelatih Cabang Olahraga dari Lankor pada Alumni maupun Mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	2015
06	Pengaruh Latihan Senam Kebugaran dan Senam Pembentukan terhadap Daya tahan Aerobik Mahasiswa PKO Angkatan 2015	2016
07	The Development of the Model for Artistic Gymnastics Talent Scouting on early Childhood	2016
08	Retrofleksi Peran Civitas Akademika dan Alumni UNY pada Pembinaan Olahraga Prestasi DIY	2016
09	Profil Kebugaran Jasmani dan Status Kesehatan Instruktur Senam Aerobik di Yogyakarta	2016
10	Realita Perkembangan Prestasi Senam Kompetitif Tingkat Internasional	2017
11	Android Based Reference Model of Student's Skill Coaching in Gymnastics Branch	2017
12	The Effectiveness Test of Artistic Gymnastic Talent Scouting Selection Model Based Application	2018
13	The Effect of Artistic Gymnastics Talent Scouting Application to Artistic Gymnastic Basic Skills	2018
14	Application of Basic Statistical Analysis for Gymnastics Talent Scouting	2018

#### I. Tugas Tambahan yang Pernah dipegang

No	Jabatan/Penugasan Akademik	Tahun
01	Pengelola Fitness Center Klinik Kebugaran FIK UNY	1993-2007

02	Sekretaris Jurusan PKL (Pendidikan Keperawatan) FIK UNY	2004-2007
03	Ketua Jurusan PKL (Pendidikan Keperawatan) FIK UNY	2008-2011 2012-2015 2019- sekarang
04	Ketua Program Studi PKO (Pendidikan Keperawatan Olahraga) FIK UNY	2008-2011 2012-2015 2019- sekarang
05	Ketua Tim Penyusunan Kurikulum 2009 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga (PKO) FIK UNY	2009
06	Ketua Penyusunan Akreditasi Prodi PKO (Pendidikan Keperawatan Olahraga)	2006
07	Ketua Tim Penyusunan Kurikulum 2013 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga (PKO)	2013
08	Penanggungjawab Penyusunan Akreditasi Prodi PKO (Pendidikan Keperawatan Olahraga)	2010
09	Penanggungjawab Penyusunan Akreditasi Prodi PKO (Pendidikan Keperawatan Olahraga)	2014
10	Redaktur Penyelia Pengelola Jurnal Olahraga dan Prestasi (JORPRES)	2012-2018
11	Evaluator Pembukaan Prodi D-3, S-1 dan Magister Silemkerma Ristekdikti	2017- sekarang
12	Koordinator Penanggungjawab Lokasi Tes SBMPTN	2012-2015
13	Koordinator Penanggungjawab Lokasi Tes Seleksi Mandiri (SM)	2012-2015
14	Validator SBMPTN	2012-2018
15	Validator Seleksi Mandiri (SM)	2012-2018
16	Penanggungjawab Ruang Tes SBMPTN	2016-2018
17	Penanggungjawab Ruang Tes Seleksi Mandiri (SM)	2016-2018
18	Penanggungjawab Ruang Tes Seleksi Mandiri (SM) UGM	2018
19	Kepala Laboratorium Anatomi	2017-2018
20	Reviewer eksternal Proposal Penelitian Dosen Universitas Negeri Padang	2020
21	Reviewer eksternal Proposal Penelitian Dosen Universitas Negeri Padang	2021
22	Pendamping Akselerasi Lektor Kepala FIK	2021
23	Tim Pendirian dan Perubahan Perguruan Tinggi Swasta Penyelenggara Pendidikan Akademik Serta Pembukaan dan Perubahan Program Studi Akademik Pada Perguruan Tinggi	2021
24	Pendamping Percepatan Studi Lanjut Program Doktor FIK	2021
25	Koordinator Pascasarjana PKO FIK UNY	2022

## J. Lain-lain Pendukung

### 1. Penghargaan/Piagam

No	Bentuk Penghargaan	Pemberi	Tahun
01	Piagam Penghargaan Akademisi	Keputusan Rektor UNY	2012

	Berprestasi Juara 2	Nomor: 305/UN34/KP/2012 tanggal 7 Mei 2012	
02	Piagam Penghargaan Akademisi Berprestasi Juara 1	Keputusan Rektor UNY Nomor: 262/UN34/KP/2013 tanggal 25 April 2013	2013
03	Satya Lencana 10 Tahun	Kepres Nomor 071/TK/Tahun 2001	1996
04	Satya Lencana 20 Tahun	Kepres Nomor 011/TK/Tahun 2007	2006
05	Satya Lencana 30 Tahun	Kepres Nomor /TK/Tahun 2017	2017

## 2. Organisasi Profesi

No	Jenis/nama Organisasi	Jabatan/Jenjang	Tahun
01	Pengurus Persani Kabupaten Sleman	Bidang Pembinaan Prestasi	2006-2010
02	Pekan Olahraga Nasional ke XVII Kalimantan Timur	TIM Monitoring Mahasiswa FIK UNY dalam PON	2008
03	Pengurus Daerah Persani DIY	Sekretaris Umum	2011-2019
04	Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kabupaten Sleman	Bidang Pembinaan Prestasi	2010-2014
05	Pengurus Darma Wanita Fakultas Ilmu Keolahragaan Bidang Pendidikan	Anggota	2011-2015
06	Senat Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK)	Anggota	2011-2015
07	Pusat Pendidikan dan Latihan Mahasiswa (PPLM)	Ketua	2011-2015
08	Asosiasi Pelatih Olahraga Republik Indonesia (APORI)	Ketua Anggota	2011-2017 2018- sekarang
09	POPNAS, Yogyakarta	Sekretaris	2012
10	Pekan Olahraga Daerah	Juri Aerobic Gymnastics	2012, 2014, 2016
11	Pekan Olahraga Nasional ke XVIII Pekanbaru, Riau	TIM Monitoring Mahasiswa FIK UNY dalam PON	2012
12	Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) Palembang	TIM Monitoring dan Evaluasi	2013
13	Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) DIY	Bidang Pendidikan dan Penataran	2014-2017
14	Badan Pembinaan Olahraga Mahasiswa Indonesia (BAPOMI)	Ketua Seksi Pelatihan dan Kompetisi	2015-2018
15	Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) Aceh	Tim Teknis Kontingen DIY	2015
16	Pekan Olahraga Nasional ke XIX Jawa Barat	TIM Monitoring dan Evaluasi	2016
17	Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) Makasar	Tim Teknis Kontingen DIY	2017
18	Ikatan Sarjana Olahraga Seluruh Indonesia (ISORI)	Pengurus Tingkat Propinsi	2009-sekarang
19	Sertifikat Pendidik	Profesi	2009-sekarang

20	Kelas Khusus Olahraga SMP/SMA DIY dan Jateng	Tim Pendamping	2010-sekarang
21	Kejuaraan Senam Aerobic Gymnastics	Juri	2012-sekarang
22	Senat Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK)	Sekretaris Komisi C Fakultas Ilmu Keolahragaan	2016-2017
23	Pengurus Darma Wanita Fakultas Ilmu Keolahragaan Bidang Pendidikan	Anggota	2016-2019
24	Ikatan Ahli Ilmu Faal Indonesia (AIFO)	Anggota	2011-sekarang
25	Pekan Ilmiah Nasional ke-31	Tim Monitoring dan Evaluasi	2018
26	OOSN Nasional, Yogyakarta	Sekretaris	2018
27	Ahli dan Dosen Republik Indonesia (ADRI)	Anggota	2019-sekarang
28	APPKOI	Dewan Pakar Kepaltihan Olahraga	2021-2025
29	Ikatan Sarjana Olahraga Seluruh Indonesia (ISORI)	Ketua Bidang Pembinaan Prestasi	2019-2023
30	Forum Kaprodi PKO	Ketua	2021-2023
31	Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Sleman	Wakil Ketua	2021-2025
32	Badan Pembinaan Olahraga Mahasiswa Indonesia (BAPOMI)	Ketua Bidang Pembinaan Prestasi	2021-2025
33	Senat UNY Komisi D	Anggota	2022
34	Senat FIK Komisi C	Anggota	2022-2025

Yogyakarta, 07 Desember 2022

Yang menyatakan,

Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S

2. Anggota 2

<b>A. IDENTITAS DIRI</b>	
Nama Lengkap	: Danang Wicaksono, S.Pd.Kor., M.Or
NIP/NIK	: 198208262008121001
Tempat Tanggal Lahir	: Sleman, 26 Agustus 1982
Jenis Kelamin	: Laki-Laki
Status Perkawinan	: Kawin
Agama	: Islam
Golongan/Pangkat	: III/d, Penata TK.I
Jabatan Akademik	: Lektor (300)
Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Kantor	: FIK UNY Jl. Colombo 1 Yogyakarta 55281
Telp/Faks.	:0274-513092
Alamat Rumah	: Dukuh RT 06 RW 19 Tridadi Sleman 55511 Yogyakarta
Telp./Faks.	
Alamat e-mail	: <a href="mailto:danang_wicaksono@uny.ac.id">danang_wicaksono@uny.ac.id</a>
Nama Istri	: Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari
Nama Anak	: Naila Aisha Wicaksono Naqeeb Abqari Wicaksono

<b>B. RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI</b>			
<b>Tahun Lulus</b>	<b>Jenjang Studi</b>	<b>Lembaga Pendidikan</b>	<b>Jurusan/Program Studi</b>
1994	SD	SD N Dukuh 1	
1997	SMP	SMP N 1 Sleman	
2000	SMA	SMA N 1 Sleman	IPS
2004	S-1	Universitas Negeri Yogyakarta	PKO
2010	S-2	Universitas Negeri Yogyakarta	Ilmu Keolahragaan
	Proses S-3	Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta	Ilmu Keolahragaan

### C. PENGALAMAN MENGAJAR

No	Mata Kuliah	Program Pendidikan	Jurusan	Tahun Akademik
1	Anatomi	S1	PKO	2021/2022
2	Teori Latihan	S1	PKO	2021/2022
3	Kepelatihan Dasar Bola Voli	S1	PKO	2021/2022
4	Kepelatihan Lanjutan Bola Voli	S1	PKO	2021/2022
5	Metode Melatih Fisik Bola Voli	S1	PKO	2021/2022
6	Metode Melatih Teknik, Taktik, Mental Bola Voli	S1	PKO	2021/2022
7	Perencanaan Program Latihan	S1	PKO	2021/2022
8	Pembelajaran Mikro	S1	PKO	2021/2022
9	Anatomi Terapan	D4	PK	2021/2022
10	Anatomi	D4	PK	2021/2022

### D. TRAINING, SHORT VISIT DAN SEJENISNYA

No	Jenis Pelatihan	Penyelenggara	Tahun
1	Pengelolaan Sekolah Sepakbola Bermutu, Kompetisi, Dan Tes Pengukuran Untuk Ssb Yang Berada Dibawah Naungan Ikatan Ssb Sleman	UNY	2017
2	Sosialisasi Dan Implementasi Latihan Fisik Dan Olahraga	UNY	2018



	Permainan Pada Komunitas Obesitas		
3	Pelatihan Strength Condition And Dietary Bagi Komunitas Obesitas	UNY	2018
4	Optimalisasi Pemanduan Bakat Dan Implementasi Hasil Penelitian Standardisasi Kecakapan Bermain Sepakbola Berbasis David Lee Modification Test Di Kabupaten Gunung Kidul	UNY	2018
5	Peningkatan Kapasitas Guru Melalui Program SMK Membangun Desa Se DIY	UNY	2020
6	Pelatihan Manajemen Klub Bola Voli Di Kabupaten Sleman	UNY	2021
7	Pelatihan Strength Conditioning Bagi Pelatih Sekolah Keberbakatan Olahraga Di DiyJateng Untuk Peningkatan Prestasi Atlet Elite R	UNY	2021

#### **E. PENELITIAN DALAM JABATAN/PANGKAT TERAKHIR**

<b>No</b>	<b>Judul Penelitian</b>	<b>Ketua/ Anggota</b>	<b>Sumber dana</b>	<b>Tahun</b>
1	Kemampuan Fisik Atlet Bola Voli Pasir Prima Pratama DIY	Ketua	DIPA UNY	2012
2	Pemetaan Wasit Bola Voli Kabupaten Sleman	Ketua	DIPA UNY	2015
3	Peningkatan Kemampuan Motorik Melalui Aktifitas	Ketua	DIPA UNY	2017

	Dinamis Berbeban Eksternal Di Lapangan Bola Voli Pasir Dengan Intensitas Latihan 60%-70%			
4	Pengembangan Fun Game Football for Obesity	Anggota	DIPA UNY	2018
5	Pengembangan Tes Bakat Olahraga Untuk Siswa SMP	Ketua	DIPA UNY	2019
6	Pengembangan Instrumen Pembinaan Minat Bakat Istimewa Olahraga Untuk Siswa SD	Anggota	DIPA UNY	2019
7	Studi Keterserapan Alumni Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Dalam Dunia Kerja Sebagai Feedback Untuk Pengembangan Prodi	Ketua	DIPA UNY	2020
8	Inovasi Alat Pengukur Kecepatan dan Daya tahan Sepakbola	Anggota	DIPA UNY	2021
9	Studi Eksplorasi Tingkat Kepuasan Pengguna Lulusan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga	Anggota	DIPA UNY	2021

## **F. KARYA ILMIAH DALAM JURNAL**

<b>No</b>	<b>Judul</b>	<b>Penerbit/ Jurnal</b>	<b>Tahun</b>
-----------	--------------	-----------------------------	--------------

1	Identifikasi Keberbakatan Anak Usia Dini dan Evaluasi Dalam Cabang Olahraga Bolavoli	Jorpres	2010
2	Sumbangan ilmu penunjang olahraga terhadap pembinaan olahraga prestasi	Jorpres	2012
3	Menerima servis (receive setve) dalam permainan bola voli	Jorpres	2015
4	Body Responses to Combination of Endurance and Strength Training for Kids Aged 13-14 Years Old	Atlantis Press	2018
5	A Study on the Needs for Guidelines on Part-And-Whole-Based Training for Volleyball Smash Basic Technique	European Union Digital Library	2020
6	The Effect of Low-medium Intensity Training on Body Weight, Body Fat, Visceral, Bmr, Body Age, Whole Subjects, Trunck, Arm, Leg, Skele Whole Body in Obese Patients	SCITEPRESS	2020
7	Gobak sodor: permainan tradisional untuk meningkatkan kecepatan reaksi dan keseimbangan anak usia 12-14 tahun	Jorpres	2021
8	Analysis of Physical Conditions of the Yogyakarta Special Region Beach Volley Ball Team in Preparation for PON XX Papua 2021	Atlantis Press	2022
9	The effect of training based on part and whole combination on smash twchniques improvement in volleyball sports for 11-12	Physical Education Theory and Methodology	2022

	year old athletes	(Q2)	
10	Innovation for biomotor training and football techniques	Atlantis Press	2022

### **G. BUKU**

<b>No</b>	<b>Judul</b>	<b>Penerbit</b>	<b>Tahun</b>
1	Model latihan teknik dasar smes bola voli pada atlet bola voli pemula	CV. Karya Bakti Makmur	2020

### **H. PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DALAM JABATAN/ PANGKAT TERAKHIR**

<b>No.</b>	<b>Jenis Kegiatan</b>	<b>Tempat</b>	<b>Tahun</b>
1	Pelatihan Strength Conditioning Bagi Pelatih Sekolah Keberbakatan Olahraga Di Diy-Jateng Untuk Peningkatan Prestasi Atlet Elite Remaja	Yogyakarta	2021
2	Pelatihan Manajemen Klub Bola Voli Di Kabupaten Sleman	Yogyakarta	2021
3	Kejuaraan Bola Voli Remaja Kabupaten Sleman Tahun 2020	Yogyakarta	2021
4	Peningkatan Kapabilitas Manajemen Kelas Khusus Olahraga Se DIY-Jateng	Yogyakarta	2019
5	Talent Scouting Dan Pengenalan Sepakbola Usia Dini Melalui Elementary School Soccer Competition	Yogyakarta	2019
6	Optimalisasi Pemanduan Bakat Dan Implementasi Hasil Penelitian Standardisasi Kecakapan Bermain Sepakbola Berbasis David Lee Modification Test Di Kabupaten Gunung Kidul	Yogyakarta	2018

**I. KEGIATAN SEMINAR/LOKAKARYA/KONFERENSI/S  
EMINAR/PAGELARAN/PAMERAN/WORKSHOP/  
SIMPOSIUM DALAM JABATAN TERAKHIR**

<b>No</b>	<b>Judul Kegiatan</b>	<b>Penyeleng- gara</b>	<b>Panitia/ Peserta/ Pembicara</b>	<b>Tahun</b>
1	Seminar Nasional Keolahragaan 2016 Refleksi Prestasi Dan Budaya Olahraga Dalam Perspektif Ilmu Keolahragaan Yang Inovatif	FIK UNY	Peserta	2016
2	Seminar Nasional Olahraga LPTK VIII Mewujudkan Insan Olahraga Yang Inovatif & Berkarakter Dalam Pencapaian Prestasi Olahraga Di Asia	FIK UNY	Peserta	2017
3	National Seminar Of Sport Science Pengembangan Iptek Keolahragaan Untuk Memejukan Generasi Milenial Yang Bugar Berprestasi	Surakarta	Peserta	2018
4	International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS 2018) and 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sports (CoIS 2018)	FIK UNY	Peserta	2018
5	Yogyakarta	FIK UNY	Peserta	2020

	International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports - YISHPESS and CoIS			
6	International Seminar of Public Health and Education, ISPHE 2020	UNNES	Peserta	2020

#### J. TUGAS TAMBAHAN YANG PERNAH DIPEGANG

No	Institusi (Univ., Fak., Jurusan, Lab., Studio, Manajemen Sistem Informasi Akademik, dll)	Tahun
1	Koordinator Cabor Bola Voli SELABORA FIK UNY	2021-sekarang
2	Pembina UKM Bola Voli UNY	2008-sekarang
3	Sekretaris Jurusan PKO	2022-2023

#### K. PENGHARGAAN/ PIAGAM

No	Bentuk penghargaan	Pemberi	Tahun
1	Satyalancana Karya Satya	Pemerintah	2020

#### L. ORGANISASI PROFESI/ILMIAH

No	Jenis>Nama Organisasi	Jabatan/Jenjang Keanggotaan	Tahun
1	PBVSISleman	Bidang Voli Pasir	2022-2026
2	PBVSIDIY	Anggota Litbang	2022-2026
3	ISORIDIY	Bidang Dana	2020-2024

#### M. PENGALAMAN

#### KEGIATAN

#### DI

**KEMAHASISWAAN**

<b>No</b>	<b>Jenis&gt;Nama Kegiatan</b>	<b>Peran</b>	<b>Tempat</b>	<b>Tahun</b>
1	Pembina UKM bola Voli UNY	Pembina	UNY	2008-sekarang
2	Pembina Hima PKO	Pembina	FIK UNY	2008-2022
3	Pembina BEM FIK	Pembina	FIK UNY	2021-2022
4	Pembina HIMA D4 PK	Pembina	FIK UNY	2022

Yogyakarta, 4 Juli 2022



Danang Wicaksono, M. Or.  
NIP. 198208262008121001

### 3. Anggota 3

#### A. IDENTITAS

Nama : Christina Fajar Sriwahyuniati, S.Pd, M.Or  
NIP : 197112292000032001  
Golongan/Pangkat : IVc/Pembina Jabatan  
Fungsional : Lektor Kepala  
Tempat, Tgl Lahir : Ngemplak, 29 Desember 1971  
Agama : Islam  
Alamat Rumah : Pajangan RT02,RW08, Sindumartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta  
Alamat Kantor : Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga (PKO)  
FIKK UNY Jalan Kolombo No 1 Yogyakarta,  
Telepon (024) 8508007  
Orchid : <https://orcid.org/0000-0002-3979-6590>  
Scopus ID : 57200074217  
Sinta ID : 5989557  
Telepone : 082138678295  
Email : fajar@uny.ac.id  
Bidang Matakuliah : Kepeleatihan Senam, Belajar Gerak, Evaluasi Olahraga, Metodologi Penelitian, Dasar Gerak Yoga, Senam Kebugaran,

#### B. KELUARGA

No	Nama	Status Keluarga	Pekerjaan
1	Jaka Susila, S.H., M.H.	Suami	Dosen
2	Rafi Fajar Susila	Anak Kandung	Mahasiswa
3	Zahra Safira Fajar Susila	Anak Kandung	Mahasiswa

#### C. RIWAYAT PENDIDIKAN

No	Jenjang	Sekolah	Jurusan	Lulus
1	Tingkat SD	SD Inpres Pencar	-	1983
2	Tingkat SMP	SMP Negeri 1 Manisrenggo Klaten	-	1987
3	Tingkat SMA	SGO Negeri Yogyakarta	-	1990
4	Strata 1 (S1)	IKIP Negeri Yogyakarta	Pend. Kepeleatihan Olahraga	1997
5	Strata 2 (S2)	Universitas Sebelas Maret Surakarta	Ilmu Keolahragaan	2007
6	Strata 3 (S3)	Universitas Sebelas Maret Surakarta	Ilmu Keolahragaan	2023

#### D. PENELITIAN (5 TAHUN TERAKHIR)

No	Judul	Status	Skema	Tahun
1	Evaluasi Pembinaan Prestasi Kelas Khusus Olahraga(KKO)Tingkat SMA se DIY dalam Pencapaian Prestasi	Ketua		2018



2	Pengembangan Alat Pengukur Kekuatan Otot Tungkai Berbasis Digital	Anggota		2019
3	Studi Komparatif Pola Pembinaan Olahraga Cabang Bulutangkis, Tenis Lapangan Dan Senam Di Diy	Ketua		2019
	Studi Komparatif Pola Pembinaan Olahraga Cabang Bulutangkis, Tenis Lapangan Dan Senam Di Diy	Anggota	Penelitian Research Groub	2019
4	Pengembangan Tes Keterampilan Senam Ritmik	Ketua	Penelitian	2020
5	Pengembangan Pola Pembinaan Cabang Olahraga Senam, Bulutangkis, Dan Tenis Lapangan Di Diy	Ketua	Penelitian	2020
6	Pengembangan Pola Pembinaan Cabang Olahraga Senam, Bulutangkis, Dan Tenis Lapangan Di Diy	Ketua	Penelitian Research group	2020
7	Innovation "Sport Coaching Games" Of The Basic Movement Training (Jump-Pivot-Balance) For Childrren 6-9 Years Old Base On Higher Order Thinking Skill (Hots) And Cgfu-Pm515 Concept In 21st Century Educations	Anggota	Penelitian Kerjasama Internasional	2020
8	Pengembangan Tes Keterampilan Senam Ritmik	Ketua	Penelitian Unggulan	2020
9	Innovation Instrumen Assesment Of The Skill, Performance And Softskill Dimenssion In Sport Coaching Games For Upgrading Performance Model (Cgfu-Pm515) Concept In 21st Century Educations	Anggota	Penelitian Kerjasama Internasional	2021
10	Studi Eksplorasi Tingkat Kepuasan Pengguna Lulusan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga	Ketua	Penelitian Tracer Study Fakultas	2021
11	Hubungan Perilaku Aktivitas Fisik Di Masa Pandemi Covid-19 Dengan Keterampilan Motorik Pada Anak Usia Dini	Anggota	Penelitian Reseach Groub	2021
12	Kajian Manajemen Pengelolaan Sko Diy Untuk Meningkatkan Identitas Dan Prestasi Diy Sebagai Kota Pelajar Dan Kota Budaya	Anggota	Penelitian	2021
13	Kajian Manajemen Pengelolaan Sko Diy Untuk Meningkatkan Identitas Dan Prestasi Diy Sebagai Kota Pelajar Dan Kota Budaya	Ketua	Penelitian Unggulan Perguruan Tinggi	2021
14.	Stratifikasi Kondisi Fisik Atlet Puslatkab Sleman Tahun 2022	Anggota	Penelitian Institusional Tahun 2022 D4 dan S1	2022

**E. PENGABDIAN (5 TAHUN TERAKHIR)**

No	Judul	Status	Skema	Tahun
1	Sebagai Narasumber pada Pelatihan Pelatih Kelas Khusus Olahraga (KKO) Kota Yogyakarta dengan materi Pentingnya Tes dan Pengukuran untuk Pelatih KKO, Dinas Pemuda dan Olahraga, Pemkot Yogyakarta.	Pemateri	PPM	2018
2	PENINGKATAN KAPABILITAS LAYANAN KELAS KHUSUS OLAHRAGA (KKO) DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (DIY)	Ketua	PPM	2018
3	EDUKASI OLAHRAGA PRESTASI CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS, SENAM DAN TENIS LAPANGAN MELALUI MEDIA TELEVISI	Anggota	PPM	2019
4	Sosialisasi dan Lomba Senam Ritmik untuk Pemula Se-DIY	Ketua	PPM	2020
5	Pelatihan Multilateral untuk Meningkatkan Literasi Fisik pada Anak Usia Dini di Daerah Istimewa Yogyakarta	Anggota	PPM	2021
6	Sosialisasi Senam Relaksasi dan Peregangan untuk Pegawai	Anggota	PPM	2021
7	Pelatihan Gizi Olahraga Untuk Pencapaian Prestasi Optimal Atlet di Kabupaten Sleman	Ketua	PPM	2022

**F. PUBLIKASI ILMIAH (5 TAHUN TERAKHIR)**

No	Judul	Jurnal/buku	Vol-No-Hal.	Tahun
1	Perwasitan Senam Ritmik Sportif	UNY PRESS ISBN 978-979-562-052-5		2018
2	Dasar-Dasar Senam Lantai Gerak Dasar Senam untuk Pemula	UNY PRESS ISBN: 978-602-498-031-3		2019

3.	Quikkly Understanding on progressive MuscleRelaxation With Video-based Learning in SecondarySchool student	International Journal of Human Movement and Sport Sciences8(5):181-185,2020 DOI:10.13189/saj.2020.080504	181-185	2020
4.	Senam Artistik Gerak Hanspring pada Alat Meja Lompat	UNY PRESS		2020
5.	Does Screen Time Decrease Students' Physical Activity Levels During COVID-19 Pandemic?	PSYCHOLOGY AND EDUCATION (2021) 58(2): 6033-6040 ISSN: 00333077	6033-6040	2021
6.	The Gymnastic Achievement Development System	In Proceedings of the 3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports - Volume 1: YISHPESS and CoIS, 610-614, 2019 , Yogyakarta, Indonesia ISBN: 978-989-758-457-2 DOI:10.5220/0009798806100614	(610-614)	2021
7	Developing of Basic Motion Techniques of Rhythmic Gymnastic by Freehand Series Audiovisual-based for Children Age 7-11 Year	In Proceedings of the 3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports - Volume 1: YISHPESS and CoIS, 171-175, 2019 , Yogyakarta, Indonesia ISBN: 978-989-758-457-2 DOI:10.5220/0009303501710175	(171-175)	2021
8	Learning Media Development Artistic Gymnastic Handspring Motion on the Vaulting Table	In Proceedings of the 3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports - Volume 1: YISHPESS and CoIS, 5-8, 2019 , Yogyakarta, Indonesia SBN: 978-989-758-457-2 DOI:10.5220/0009204900050008		2021
9	"Understanding Sports Teachers, Coaches On Rhythmic Gymnastics Training Program	"The 2ndInternational Conference on Meaningful Education (2ndICMEd)"Developing Meaningful Education towards Tranforming Society		2022

		5.0 For the Betterment of Human Lives at Faculty of Education, Yogyakarta State University, Indonesia.3-4 october 2020		
10	Android Application-Based Basic Elements Model of Rhythmic Gymnastics	International Journal Human Movement and Sport Sciences (SCOPUS Q3) DOI: 10.13189/saj.2022.100113  International Journal of Human Movement and Sports Sciences 10(1): 90-97, 2022	90-97	2022
11	A Development of Aerobic Gymnastics Flexibility Test for the National Development Category: A Construct of Content Validity and Reliability Approach	International Journal of Human Movement and Sports Sciences 10(5): 886-893, 2022 <a href="http://www.hrpub.org">http://www.hrpub.org</a> DOI: 10.13189/saj.2022.100503	886-893	2022

#### G. PENGALAMAN ORGANISASI

No	Organisasi	Jabatan	Tahun
1	Ikatan Sanggar Senam (ISASE)	Seksi Perlombaan	1994-1996
2	Pengprov Persani DIY	Seksi Perwasitan	2007-2011
3	Pengda Persani Sleman	Wakil Ketua	2010-2013
4	Pengprov Persani DIY	Seksi Perwasitan	2011-2015
5	Pengkab Persani Sleman	Ketua Harian	2013-2018
6	Pengprov Persani DIY	Seksi Perwasitan	2015-2020
7	Koni Kabupaten Sleman	KaBid. IPTEKKOR	2017-2021
8	FORMI KOTA Yogyakarta	Anggota bidang Litbang, Iptek dan Keseharan olahraga	2018-2023
9	DPP IKA UNY	Anggota Bidang Usaha dan Kesejahteraan	2018-2022
10	ISORI DIY	Anggota Bidang Organisasi	2019-2023
11	ISori Kabupaten Sleman	Bendahara	2020-2024
12	Koni Kabupaten Sleman	Anggota Binpres	2022-2026
13	Pengda PERSANI DIY	Ketua Binpres	2022-2026
14	Pengkab Persani Kabupaten Sleman	Ketua Harian	2022-2026

## H. Penghargaan

No	Nama		Tahun
1.	Piagam Tanda Kehormatan Satyalancana Karya Satya XX Tahun	Presiden RI Kepres RY	2022
2.	Piagam Tanda Kehormatan Satyalancana Karya Satya X Tahun	Presiden RI Kepres RI No 17/TK/Tahun 2014	2014
3	Dosen Teladan Peringkat ke-1 Tingkat Fakultas	Dekan FIK UNY, Tahun 2011	2011
4	Sertifikat Pendidik No: 101103803150 Tanggal 5 Juli 2010		2010
5	Dosen Teladan Peringkat ke-2 Tingkat fakultas	Dekan FIK UNY, Tahun 2009	2009

Yogyakarta, 02 Februari 2023  
Penulis,

Christina Fajar Sriwahyuniati, S.Pd, M.Or  
NIP.197112292000032001

