

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**PENGABDIAN JOIN KEMITRAAN FOK
DANA PNBP BLU FOK TAHUN ANGGARAN 2022**



**PERAN KOMPONEN FISIK DALAM MENUNJANG
PERFORMA ATLET**

(Kajian konseptual pada atlet PPLP Provinsi Gorontalo)

Oleh:

Suprianto Kadir, S.Pd., M.Pd / NIDN. 0018098705 (Ketua)
Resa Sukardi Massa, S.Pd, M.Pd / NIDN. 0018098809 (Anggota)
Dr. Arief Darmawan, M.Pd., AIFO / NIDN. 0409068802 (Anggota)

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
TAHUN 2022**

**HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN JOIN KEMITRAAN FOK**

- | | |
|--------------------------------------|---|
| 1. Judul Kegiatan | : PERAN KOMPONEN FISIK DALAM MENUNJANG PERFORMA ATLET
(Kajian konseptual pada atlet PPLP Provinsi Gorontalo) |
| 2. Lokasi | : Kota Gorontalo |
| 3. Ketua Tim Pelaksana | |
| a. Nama | : Suprianto Kadir, S.Pd, M.Pd |
| b. NIP | : 198709182019031010 |
| c. Jabatan/Golongan | : Asisten Ahli / 3 b |
| d. Program Studi/Jurusan | : Pendidikan Kepelatihan dan Olahraga / Pendidikan Kepelatihan dan Olahraga |
| e. Bidang Keahlian | : |
| f. Alamat Kantor/Telp/Faks/E-mail | : 085240412904 / kadir.suprianto@yahoo.co.id |
| g. Alamat Rumah/Telp/Faks/E-mail | : - |
| 4. Anggota Tim Pelaksana | |
| a. Jumlah Anggota | : 1 orang |
| b. Nama Anggota I / Bidang Keahlian | : Resa Sukardi Massa, S.Pd, M.Pd / |
| c. Nama Anggota II / Bidang Keahlian | : - |
| d. Mahasiswa yang terlibat | : 1 orang |
| 5. Lembaga/Institusi Mitra | |
| a. Nama Lembaga / Mitra | : Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Provinsi Gorontalo |
| b. Penanggung Jawab | : Laksana Natal Wungguli, SH |
| c. Alamat/Telp./Fax/Surel | : Jl. Bali III, Pulubala, Kota Tengah, Kota Gorontalo, Gorontalo 96138 |
| d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) | : 1 |
| e. Bidang Kerja/Usaha | : Pusat Pendidikan dan Latihan Atlet Pelajar Provinsi Gorontalo |
| 6. Jangka Waktu Pelaksanaan | : 1 bulan |
| 7. Sumber Dana | : Dana PNPB BLU FOK Tahun 2022 |
| 8. Total Biaya | : Rp. 8.000.000,- |

Mengetahui
Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



(Prof. DR. Herlina Jusuf, M.KES)
NIP. 196310011988032002

Gorontalo, 24 Maret 2022
Ketua



(Suprianto Kadir, S.Pd, M.Pd)
NIP. 198709182019031010

Mengetahui/Mengesahkan
Ketua LPM UNG



(Dr. Didi Isahak Isa, M.Si)
NIP. 196105261987031005

IDENTITAS
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PkM)

1. Judul : Peran Komponen Fisik dalam Menunjang Performa Atlet (Kajian konseptual pada atlet PPLP Provinsi Gorontalo)

2. Ketua Peneliti
 - a. Nama Lengkap : Suprianto Kadir, S.Pd., M.Pd
 - b. Bidang Keahlian : Olahraga
 - c. Jabatan Struktural : Sekretaris Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
 - d. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
 - e. Unit Kerja : Pendidikan Kepelatihan Olahraga FOK UNG
 - f. Alamat : Ds. Bongohulawa Kab. Bone Bolango
Provinsi Gorontalo
 - g. Telepon/HP : 0852-4041-2904
 - h. E-mail : suprianto.kadir@ung.ac.id

3. Anggota Peneliti I
 - a. Nama Lengkap : Resa Sukardi Massa, S.Pd., M.Pd
 - b. Bidang Keahlian : Olahraga
 - c. Jabatan Struktural : Kepala Laboratorium Jurusan Pendidikan Keolahragaan
 - d. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
 - e. Unit Kerja : Pendidikan Kepelatihan Olahraga FOK UNG
 - f. Alamat : Jln. Semangka, No B7, Kel. Libuo, Kec. Duingingi, Kota Gorontalo
 - g. Telepon/HP : 0813-4387-8119
 - h. E-mail : resa.massa@ung.ac.id

4. Anggota Peneliti II
 - a. Nama Lengkap : Dr. Arief Darmawan, M.Pd., AIFO
 - b. Bidang Keahlian : Olahraga
 - c. Jabatan Struktural : -
 - d. Jabatan Fungsional : -
 - e. Unit Kerja : Universitas Negeri Malang
 - f. Alamat : Jl. Semarang no. 5 Malang
 - g. Telepon/HP : 085646334214
 - h. E-mail : arief.darmawan.fik@um.ac.id

5. Tim Peneliti

No	Nama dan Gelar Akademik	Bidang Keahlian	Instansi	Alokasi Waktu (Jam/Minggu)
1	Suprianto Kadir, S.Pd., M.Pd	Olahraga	Universitas Negeri Gorontalo	5
2	Resa Sukardi Massa, S.Pd., M.Pd	Olahraga	Universitas Negeri Gorontalo	5
3	Dr. Arief Darmawan, M.Pd., AIFO	Olahraga	Universitas Negeri Malang	5

6. Objek PkM : Atlet PPLP Provinsi Gorontalo

7. Masa Pelaksanaan PkM

Mulai : Maret

Berakhir : April

8. Anggaran yang Diusulkan : Rp. 8.000.000

9. Lokasi PkM : Kota Gorontalo

10. Hasil yang Ditargetkan : Meningkatkan pemahaman serta motivasi atlet dalam melakukan aktivitas latihan yang bertujuan untuk meningkatkan komponen fisik. Hasil dari kegiatan PkM ini, selanjutnya akan dipublikasikan dalam jurnal yang terakreditasi

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
DAFTAR ISI	v
RINGKASAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Pelaksanaan Kegiatan	2
C. Manfaat Pelaksanaan Kegiatan	2
BAB II TARGET DAN LUARAN	3
A. Target	3
B. Luaran.....	3
BAB III METODE PELAKSANAAN	4
A. Persiapan	4
B. Uraian Kegiatan	4
C. Rencana Aksi	5
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	6
A. Hasil	6
B. Pembahasan	6
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	7
A. Kesimpulan	7
B. Saran	7
DAFTAR PUSTAKA	7
LAMPIRAN-LAMPIRAN	8

RINGKASAN

Komponen kondisi fisik merupakan salah satu komponen yang berperan besar dalam menentukan performa atlet baik dalam latihan maupun pertandingan dan perlombaan. Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajara (PPLP) merupakan salah satu wadah yang menyelenggarakan proses pembinaan dan latihan khususnya bagi atlet pelajar yang ada di Provinsi Gorontalo. Dalam implementasi di lapangan khususnya berkaitan dengan latihan, banyak atlet yang ada di PPLP Provinsi Gorontalo yang berlatih, hanya terfokus pada apa yang diinstruksikan pelatihnya pada saat latihan, tanpa mengetahui dengan jelas maksud dan tujuan dari latihan yang dilakukan. Terlebih lagi beberapa pelatih sering lupa untuk menyampaikan tujuan dan manfaat dari latihan yang akan dilakukan. melihat pentingnya komponen fisik dalam menunjang performa atlet, maka hendaknya diberikan suatu pemahaman secara jelas terkait dengan tujuan dan manfaat dari komponen kondisi fisik tersebut, sehingga dengan adanya pemahaman tentang komponen kondisi fisik yang dimaksud, atlet akan lebih termotivasi untuk mengikuti setiap latihan yang diberikan oleh pelatihnya. Tujuan kegiatan PkM ini adalah untuk memberikan pengetahuan secara konseptual tentang peran dari komponen kondisi fisik dalam menunjang performa atlet baik pada saat latihan maupun dalam pertandingan dan perlombaan. Secara aplikatif, luaran PkM yang dihasilkan yakni berupa peningkatan motivasi atlet dalam berlatih. Kegiatan PkM akan dilaksanakan di PPLP Provinsi Gorontalo pada bulan Maret sampai dengan April tahun 2022. Sasaran kegiatan PkM adalah atlet PPLP Provinsi Gorontalo yang merupakan gabungan dari tujuh cabang olahraga yang ada di PPLP Provinsi Gorontalo. Metode yang digunakan dalam kegiatan PkM ini meliputi ceramah, diskusi, demonstrasi, tes dan observasi/evaluasi.

Kata kunci : Kondisi Fisik

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Meraih prestasi yang maksimal membutuhkan usaha dan kerja keras, berupa latihan yang terencana, terukur dan berkesinambungan. Latihan yang dilakukan harus sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga yang dilakukan dan unsur fisik yang dominan, sehingga unsur-unsur fisik itulah yang dibangun dan ditingkatkan melalui proses latihan. Selain itu, apabila kondisi fisik atlet dalam keadaan baik, maka atlet akan lebih cepat menguasai teknik-teknik gerakan yang dilatihkan.

Menurut Sajoto, (1988) kondisi fisik adalah salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awalan olahraga prestasi. Peranan kemampuan fisik dalam menunjang prestasi atlet merupakan syarat utama. Atlet yang mempunyai kemampuan fisik yang baik tentu akan lebih berpeluang untuk berprestasi. Oleh karena itu kemampuan fisik yang baik mutlak harus dimiliki oleh setiap atlet agar dapat berprestasi.

Mengacu pada hal di atas, terlihat bahwa betapa besar peran komponen fisik dalam menunjang performa atlet hampir disemua cabang olahraga. Pentingnya peran komponen fisik dalam menunjang performa atlet tersebut, pada umumnya telah dipahami oleh setiap pelatih. Namun, hal tersebut belum menjamin bahwa manfaat tersebut telah benar-benar dipahami oleh para atlet.

Berdasarkan realita, banyak atlet khususnya atlet usia pelajar yang tergabung dalam Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Provinsi Gorontalo yang berlatih, hanya terfokus pada apa yang diinstruksikan pelatihnya pada saat latihan, tanpa mengetahui dengan jelas maksud dan tujuan dari latihan yang dilakukan. Terlebih lagi beberapa pelatih sering lupa untuk menyampaikan tujuan dan manfaat dari latihan yang akan dilakukan.

B. Tujuan Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini, bertujuan untuk memberikan pengetahuan secara konseptual tentang peran dari komponen kondisi fisik dalam menunjang performa atlet baik pada saat latihan maupun dalam pertandingan dan perlombaan.

C. Manfaat Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan PkM dalam bentuk sosialisasi ini, secara langsung dapat dirasakan oleh khalayak sasaran, dalam peningkatan pengetahuan dan motivasi dalam melakukan aktivitas latihan yang diberikan oleh pelatih. Selanjutnya, khususnya bagi pelaksana kegiatan, secara substansial akan bermanfaat bagi pengembangan ilmu terapan di masyarakat serta sebagai salah satu bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam bentuk pengabdian pada masyarakat.

BAB II

TARGET DAN LUARAN

A. Target

Target yang diharapkan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini, yakni meningkatnya pemahaman serta kesadaran atlet terhadap besarnya peran dari komponen kondisi fisik dalam menunjang performa atlet. Dengan demikian, ditargetkan pula akan terjadi peningkatan motivasi para atlet dalam berlatih yang sesuai dengan instruksi pelatih ditempat latihan.

B. Luaran

- 1) Data tentang tingkat pemahaman atlet PPLP Provinsi Gorontalo tentang konsep dasar komponen-komponen kondisi fisik yang menunjang performa atlet
- 2) Peningkatan motivasi atlet dalam berlatih, yang dapat dievaluasi dari masing-masing pelatih di setiap cabang olahraga yang ada di PPLP Provinsi Gorontalo
- 3) Laporan hasil pelaksanaan kegiatan PkM
- 4) Artikel

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Persiapan

Sebelum memasuki inti dari kegiatan PkM, langkah awal yang ditempuh adalah pengurusan administrasi kegiatan yang meliputi 1) Pengurusan izin; 2) Pengurusan izin peminjaman tempat sosialisasi; 3) Mempersiapkan fasilitas lainnya yang akan digunakan saat kegiatan; dan 4) Mempersiapkan materi sosialisasi.

B. Uraian Kegiatan

Uraian kegiatan yang dimaksud dalam hal ini yakni terkait dengan inti dari kegiatan PkM, yakni berupa kegiatan sosialisasi peran komponen kondisi fisik dalam menunjang performa atlet yang akan disampaikan kepada khalayak sasaran yaitu seluruh atlet PPLP Provinsi Gorontalo, yang akan dilaksanakan dengan pendekatan ceramah, diskusi, demonstrasi, tes dan observasi/evaluasi.

Adapun penggunaan setiap metode dalam kegiatan yang dimaksud, digambarkan dalam tabel berikut:

Tabel 3.1
Uraian Kegiatan beserta Metode/Pendekatan yang digunakan

No	METODE	KEGIATAN	MAKSUD DAN TUJUAN	PENUNJANG
1	Ceramah	Pemaparan materi	Memberikan pemahaman	• Gedung
2	Diskusi	kepada khalayak sasaran	konseptual kepada khalayak sasaran	• LCD
3	Demonstrasi	kepada khalayak sasaran	konseptual kepada khalayak sasaran	• PPT • Vidio • ATK
4	Tes	<i>Pre test</i> dan <i>Post test</i>	Mengetahui tingkat kemampuan khalayak sasaran (kognitif)	• Soal tes • ATK
5	Observasi dan Evaluasi	Sebelum dan setelah kegiatan PkM	Melihat ada tidaknya perubahan sikap (motivasi) khalayak sasaran pada saat latihan	• Format observasi dan evaluasi • ATK

C. Rencana Aksi

Tahapan rencana aksi program kegiatan PkM ini, meliputi :

- 1) Survei lokasi (observasi): melakukan penjajakan dan identifikasi kalayak sasaran
- 2) Persiapan: menyiapkan seluruh perlengkapan yang dibutuhkan saat pelaksanaan inti kegiatan PkM.
- 3) Pelaksanaan kegiatan (Metode: ceramah, diskusi, demonstrasi, tes dan observasi/evaluasi), meliputi:
 - a) Observasi dan evaluasi aktivitas latihan atlet
 - b) Penyampaian maksud dan tujuan kegiatan kepada khalayak sasaran
 - c) Tes awal (*pre test*) pemahaman atlet tentang komponen kondisi fisik
 - d) Pemberian/penyampaian materi tentang pentingnya komponen fisik dalam menunjang performa atlet
 - e) Diskusi terbuka, tanya jawab, kuis
 - f) Tes akhir (*post test*) pemahaman atlet tentang komponen kondisi fisik
 - g) Evaluasi aktivitas latihan atlet pasca kegiatan yang dilaksanakan secara bersama-sama dengan masing-masing pelatih.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini mengemukakan gambaran umum lokasi dan data yang diperoleh selama pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM). Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode sosialisasi peran komponen kondisi fisik dalam menunjang performa atlet. Kegiatan ini juga merupakan penelitian kaji tindak dalam rangka melihat sejauh mana perubahan sikap atlet PPLP setelah dilakukan proses pelaksanaan penelitian.

A. Gambaran Umum Lokasi Kegiatan

Lokasi kegiatan untuk pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Provinsi Gorontalo.

B. Hasil Capaian Pelaksanaan

Hasil dalam pelaksanaan PKM ini adalah : 1) meningkatnya pemahaman atlet PPLP Provinsi Gorontalo tentang konsep dasar komponen-komponen kondisi fisik yang menunjang performa atlet. 2) Meningkatnya motivasi atlet dalam berlatih, yang dapat dievaluasi dari masing-masing pelatih di setiap cabang olahraga yang ada di PPLP Provinsi Gorontalo. 3) Karya sebuah buku pedoman peran komponen fisik dalam menunjang performa atlet yang bisa dijadikan referensi bagi para pelatih untuk memberikan semangat dan motivasi untuk meningkatkan kemampuan fisik atlet untuk menunjang performa mereka pada saat bertanding.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini, pada hakekatnya bertujuan untuk memberikan pengetahuan secara konseptual tentang peran dari komponen kondisi fisik dalam menunjang performa atlet baik pada saat latihan maupun dalam pertandingan dan perlombaan. Out put atau luaran dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini lebih menitik beratkan pada peran pelatih sebagai mesin penggerak dalam mengawal setiap perkembangan atlet yang meliputi 3 aspek penting yaitu aspek pengetahuan, kognitif serta psikomotornya.

B. Saran

Kedepannya para pelatih harus bisa menerapkan ataupun mengaplikasikan peran komponen kondisi fisik ini kedalam aktivitas latihan yang serta tetap mengikuti arus perkembangan ilmu pengetahuan teknologi agar tidak tergerus oleh perkembangan zaman yang begitu pesat saat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, T. O. (1999). *Theory and Methodology of Training*. IOWA: Kendall Hunt. Publishing Company.
- Bompa, T. O., and Haff, G.G. (2009). *Periodization. Theory and Methodology of Training*. Fifth Edition. Australia: Human Kinetics.
- Grosser, Starischka, and Zimmermann. (2001). *Latihan Fisik Olahraga*. Edisi Revisi (alih bahasa Pasurney, L.P.). Koni Pusat: P3 Bidang Penelitian & Pengembangan.
- Hairy, J. (1989). *Fisiologi Olahraga Jilid 1*. Jakarta: P2LPTK. Depdikbud Dirjen Dikti.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK Depdikbud Dirjen Dikti.
- Harsono. (2001). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung.
- Kemenegpora. (2005). *Panduan Penetapan Parameter Tes Pada Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar Dan Sekolah Khusus Olahragawan*. Jakarta.

Lampiran 1.

BIODATA KETUA DAN TIM PENGUSUL KEGIATAN PkM

1. Ketua Tim PkM

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Suprianto Kadir, S.Pd., M.Pd
2	Jenis Kelamin	Laki-laki
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP	198709182019031010
5	NIDN	0018098705
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Ikhwan, 18 September 1987
7	E-mail	Suprianto.kadir@ung.ac.id
8	Nomor Telepon/HP	0852-4041-2904
9	Unit Kerja	PKO FOK UNG
10	Alamat Kantor	Jl. Jenderal Sudirman, No. 6 Kota Gorontalo
11	Nomor Telepon/Faks	
12	Mata Kuliah yang Diampu	a) Didaktik Metodik Melatih Karate b) Spesialisasi Cabor Karate c) Pembinaan Kondisi Fisik d) Tes dan Pengukuran Olahraga e) Perencanaan Keperawatan Olahraga f) Psikologi Olahraga dan Latihan g) Metodologi Penelitian Olahraga

B. Riwayat Pendidikan

No	SUBJEK	JENJANG PENDIDIKAN	
		S-1	S-2
1	Nama PT	Universitas Negeri Gorontalo	Universitas Negeri Surabaya
2	Bidang Ilmu	Olahraga	Olahraga
3	Tahun Masuk-Lulus	2005-2009	2010-2012
4	Judul Skripsi/Tesis	Meningkatkan Penguasaan KATA Heian Shodan pada Olahraga Karate Aliran Shotokan melalui Metode Bagian-Keseluruhan	Pengaruh Latihan <i>Jiyu Kumite</i> melalui Metode Interval terhadap VO ₂ Max dan Kelincahan

C. Pengalaman Penelitian (5 tahun terakhir)

No	TAHUN	JUDUL PENELITIAN	PENDANAAN	
			SUMBER	NOMINAL (Rp)
1	2018	Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan	PNBP BLU FOK	8.000.000

		Keseimbangan terhadap Hasil Tendangan Depan Atlet Pencaksilat Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo		
2	2019	Pengaruh Latihan <i>Push Up</i> dan Latihan <i>Bench Press</i> terhadap Kecepatan Pukulan pada Pencaksilat	PNBP BLU FOK	7.000.000
3	2020	Evaluation of VO ₂ MAX Atlet Karate in the Covid-19 Pandemic Era	Mandiri	1.000.000
4	2020	Traditional Matrial Art of Langga	PNBP BLU FOK	8.000.000
5	2021	Development of the Gyaku Tsuki and Mawashi Geri Speed Test	PNBP BLU FOK	12.000.000
6	2022	Evaluation of the Physical Condition of a Karate Athletes	Mandiri	1.000.000

D. Pengalaman PkM (5 tahun terakhir)

No	TAHUN	JUDUL PkM	PENDANAAN	
			SUMBER	NOMINAL (Rp)
1	2021	Peningkatan Kesehatan dengan Pelaksanaan Senam Bugar pada Lanjut Usia dalam Mencapai Tujuan SDGs	PNBP BLU UNG	25.000.000
2	2021	Pemateri Tes dan Pengukuran pada Kegiatan Penataran Pelatih dan Wasit Juri Pencak Silat se-Kota Gorontalo.	Mandiri	-
3	2021	Pelaksana Tes Fisik Atlet PPLP Provinsi Gorontalo untuk Rekrutmen Atlet PPLP Periode Tahun 2022	Mandiri	-

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal (5 tahun terakhir)

No	JUDUL ARTIKEL ILMIAH	JURNAL PENERBIT	Vol/No/ Tahun
1	Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Hasil	COMPETITOR: Jurnal Pendidikan	Volume 10 Nomor 2, Juni

	Tendangan Depan Atlet Pencaksilat Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo	Kepelatihan Olahraga	2018 e-ISSN: 2657-0703 dan p-ISSN: 2085-5389
2	Pengaruh Latihan <i>Push Up</i> dan Latihan <i>Bench Press</i> terhadap Kecepatan Pukulan pada Pencaksilat	COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Keperawatan Olahraga	Volume 11 Nomor 2, Juni 2019 e-ISSN: 2657-0703 dan p-ISSN: 2085-5389
3	Pengaruh Latihan Smash Tanpa Bola dan Latihan Smash Bola Diam terhadap Kemampuan Smash Bola Voli	COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Keperawatan Olahraga	Volume 11 Nomor 2, Juni 2019 e-ISSN: 2657-0703 dan p-ISSN: 2085-5389
4	Evaluation of VO ₂ MAX Atlet Karate in the Covid-19 Pandemic Era	Jambura Journal of Sports Coaching	Vol. 2, No. 2, Juli 2020 ISSN: 2654-3435
5	Traditional Matrial Art of Langga	Jambura Journal of Sports Coaching	Vol. 2, No. 1, Januari 2020 ISSN: 2654-3435
6	Development of the Gyaku Tsuki and Mawashi Geri Speed Test	COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Keperawatan Olahraga	Volume 13 Number 2 Year 2021 e-ISSN: 2657-0734 and p-ISSN: 2085-5389
7	Evaluation of the Physical Condition of a Karate Athletes	Jambura Journal of Sports Coaching	Vol. 4, No. 1 Januari 2022 p- ISSN: 2654-3435, e-ISSN: 2656-0437

F. Pengalaman Organisasi

No	ORGANISASI	JABATAN	MASA JABATAN	SKALA
1	Pengurus Daerah Institut Karate-Do Nasional (INKANAS) Provinsi Gorontalo	Sie Kepelatihan	2018 - Desember 2022	Lokal/ Provinsi
2	Pengurus Daerah Institut Karate-Do Nasional (INKANAS) Kab. Gorontalo	Sekretaris Umum	2018 - Desember 2022	Lokal/ Kabupaten
3	Asosiasi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Indonesia (APPKOI)	Anggota Bidang Akademik	2021-2026	Nasional
4	Pengurus Ikatan Guru Olahraga Nasional (IGORNAS) Provinsi Gorontalo	Ketua 1	2022-2026	Lokal/ Provinsi

G. Aktivitas Pekerjaan di Luar Kampus

No	JABATAN	INSTANSI	MASA KERJA
1	Pelatih pada Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) cabang olahraga karate	DIKBUDPORA Prov. Gorontalo	2017 sampai dengan sekarang

Semua data yang saya lampirkan dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, maka saya menyatakan kesiapan dan kesanggupan untuk diproses secara hukum dengan segala konsekuensi yang menyertainya.

Demikian biodata ini saya buat, sebagai pemenuhan salah satu persyaratan dalam pengajuan hibah Pengabdian Join Kemitraan FOK UNG tahun 2022.

Gorontalo, 24 Maret 2022

(Suprianto Kadir, S.Pd., M.Pd)
NIP. 198709182019031010

2. Anggota 1

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Resa Sukardi Massa, S.Pd., M.Pd
2	Jenis Kelamin	Laki-laki
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP	198809182019031017
5	NIDN	0018098809
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Kabila, 18 September 1988
7	E-mail	resa.massa@ung.ac.id
8	Nomor Telepon/HP	081343878119
9	Unit Kerja	PKO FOK UNG
9	Alamat Kantor	Jl. Jenderal Sudirman, No. 6 Kota Gorontalo
10	Nomor Telepon/Faks	
11	Mata Kuliah yang Diampu	a) Sarana dan Pra Sarana Olahraga b) Tes dan Pengukuran Olahraga c) Diklatik Metodik Tenis Lapangan d) Dikdaktik Metodik Melatih Bola Voli e) Metode Melatih Fisik Bola Voli

B. Riwayat Pendidikan

No	SUBJEK	JENJANG PENDIDIKAN	
		S-1	S-2
1	Nama Perguruan Tinggi	Universitas Negeri Gorontalo	Universitas Negeri Jakarta
2	Bidang Ilmu	Olahraga	Olahraga
3	Tahun Lulus	2012	2015
4	Judul Skripsi/Tesis	Pengaruh Metode Drill Terhadap Ketepatan Jump Serve Pada Atlit Bola Voli Putra FIKK UNG	Pengembangan Model Latihan Jump Serve Pada Atlit Putra

C. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal (5 tahun terakhir)

No	JUDUL ARTIKEL ILMIAH	JURNAL PENERBIT	Vol/No/ Tahun
1	Perbedaan Pengaruh Metode Dril Terhadap Teknik Dasar Sepak Takraw	Jambura Journal of Sports Coaching	Voume 4, Nomor 1, Januari 2022. ISSN : 2654-3435 https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjsc/article/view/13377
2	Pengaruh Latihan Smash Tanpa Bola Dan Latihan Smash Bola	COMPETITOR: Jurnal Pendidikan	Volume 11, Nomor 2, Juni 2019. ISSN :

	Diam Terhadap Kemampuan Smash Bola Voli.	Kepelatihan Olahraga	2657-0734 https://ojs.unm.ac.id/competitor/article/view/13389
3	Development Of Jump Serve Training Models on Atletes	Jambura Journal of Sports Coaching	Volume 2, Nomor 2, Juli 2020. ISSN : 2654-3435 http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjsc/index
4	Latihan Metode Drill Terhadap Ketepatan Jump Serve pada Atlit Bola Voli Putera FIKK UNG	Jambura Journal of Sports Coaching	Volume 1, Nomor 2, Juli 2019. ISSN : 2654-3435 http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjsc/index
5	Pengaruh Latihan Smash Tanpa Bola Dan Latihan Smash Bola Diam Terhadap Kemampuan smash Bola Voli	COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga	Volume 11, Nomor 2, Juni 2019. ISSN : 2657-0734 https://ojs.unm.ac.id/competitor/index

Semua data yang saya lampirkan dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, maka saya menyatakan kesiapan dan kesanggupan untuk diproses secara hukum dengan segala konsekuensi yang menyertainya.

Demikian biodata ini saya buat, sebagai pemenuhan salah satu persyaratan dalam pengajuan hibah Pengabdian Join Kemitraan FOK UNG tahun 2022.

Gorontalo, 24 Maret 2022

(Resa Sukardi Massa, S.Pd., M.Pd)
NIP. 198809182019031017

3. Anggota 2

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Dr. Arief Darmawan, M.Pd., AIFO
2	Jenis Kelamin	Laki-laki
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	6600202019513
5	NIDN	0409068802
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Tulungagung, 9 Juni 1988
7	E-mail	arief.darmawan.fik@um.ac.id
8	Nomor Telepon/HP	085646334214
9	Unit Kerja	Universitas Negeri Malang
10	Alamat Kantor	Jl. Semarang no. 5 Malang
11	Nomor Telepon/Faks	-
12	Mata Kuliah yang Diampu	1) Pembelajaran Micro 2) Dasar-dasar Penjas 3) Renang 4) Massage 5) Statistika 6) Metodologi Penelitian

B. Riwayat Pendidikan

No	SUBJEK	JENJANG PENDIDIKAN		
		S-1	S-2	S-3
1	Nama PT	Universitas Negeri Malang	Universitas Negeri Surabaya	Universitas Negeri Jakarta
2	Bidang Ilmu	Olahraga	Olahraga	Olahraga
3	Tahun Masuk-Lulus	2006-2010	2010-2012	2014-2018
4	Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Evaluasi Pelaksanaan Tenis Lapangan PORPROV Jatim II	Pengaruh Media audio Visual terhadap Keterampilan Bulutangkis	Pengembangan Model Gerak Dasar Berbasis Multimedia Interaktif

C. Pengalaman Penelitian (5 tahun terakhir)

No	TAHUN	JUDUL PENELITIAN	PENDANAAN	
			SUMBER	NOMINAL (Rp)
1	2017	Pengembangan Model Gerak Dasar Berbasis Multimedia Interaktif	DIKTI/ DRPM	55.000.000
2	2018	Development of interactive multimedia-	Mandiri	-

		based manipulative fundamental movement model for primary school students		
3	2018	Pengembangan model latihan renang berbasis mobile learning untuk Mahasiswa PJKR	Mandiri	-
4	2019	Pengembangan Model Pembelajaran Permainan Motorik Halus Untuk Anak Usia Dini	Mandiri	-
5	2020	Efektivitas pelatihan split squat jump terhadap ketepatan spike bola voli	Mandiri	-
6	2021	Pengembangan Model latihan Sepaktakraw	PNBP FIK	9.000.000

D. Pengalaman PkM (5 tahun terakhir)

No	TAHUN	JUDUL PkM	PENDANAAN	
			SUMBER	NOMINAL (Rp)
1	2020	Coaching Clinic “Teknik Dasar Bulutangkis di Kab. Karawang”	Mandiri	-
2	2021	Sosialisasi program perilaku cuci tangan pakai sabun untuk meningkatkan pengetahuan cuci tangan pakai sabun dan pencegahan covid-19	Mandiri	-

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal (5 tahun terakhir)

No	JUDUL ARTIKEL ILMIAH	JURNAL PENERBIT	Vol/No/ Tahun
1	Development of interactive multimedia based manipulative fundamental movement model for primary school students	Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education	3 (1), 526-531/2018
2	Pengembangan model latihan renang berbasis mobile learning untuk Mahasiswa PJKR	BRAVO'S (Jurnal Prodi Pendidikan Jasmani & Kesehatan)	6 (4), 150-155/2018
3	Pengembangan Model Pembelajaran Permainan Motorik Halus Untuk Anak Usia Dini	Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)	4 (2), 23-27/2019
4	Efektivitas pelatihan split squat	Jurnal SPORTIF: Jurnal	6 (3), 673-

	jump terhadap ketepatanspike bolavoli	Penelitian Pembelajaran	687/2020
5	Pengembangan Model Pembelajaran Tgfu Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Sepak Cungkil Dan Sepak Sila Sepak Takraw	Kejaora	Vol. 6 No. 2 (2021):

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*) dalam 5 tahun terakhir

No	NAMA PERTEMUAN ILMIAH/SEMINAR	JUDUL ARTIKEL ILMIAH	WAKTU DAN TEMPAT
1	5th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2020)	Dumbbell Swing Exercise Effect Toward Result of 9 Meters Shooting Distance	2020, UPI
2	4th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2019)	The Influence of an 8-Week High-Intensity Interval Training Toward VO2Max	2019, UPI
3	Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)	Pengembangan Model Latihan Renang Gaya Dolphin Untuk Pemula	2019, UNIBA
4	2nd International Conference on Sports Sciences and Health 2018 (2nd ICSSH 2018)	Development of Non Locomotor Motion Models For Children 7 Years Old	2019, UM
5	Seminar Nasional Ilmu Keolahragaan Tahun 2018	Pengaruh model latihan renang berbasis mobile learning terhadap keterampilan renang gaya dada	2018, UNIMED
6	SEMINAR NASIONAL Pendidikan Jasmani 2017 "Implementasi nilai-Nilai Luhur Olahraga dalam Pembentukan Karakter melalui Pendidikan Jasmani	Model gerak dasar berbasis multimedia interaktif terhadap keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar	2017, UNSIKA

G. Karya Buku dalam 5 tahun terakhir

No	JUDUL BUKU	TAHUN	JUMLAH HALAMAN	PENERBIT
1	Terdepan dalam Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan sebagai Pemacu SDM Unggul Selama Pandemi	2021	-	Akademia Pustaka

Semua data yang saya lampirkan dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, maka saya menyatakan kesiapan dan kesanggupan untuk diproses secara hukum dengan segala konsekuensi yang menyertainya.

Demikian biodata ini saya buat, sebagai pemenuhan salah satu persyaratan dalam pengajuan hibah Pengabdian Join Kemitraan FOK UNG tahun 2022.

Malang, 24 Maret 2022

(Dr. Arief Darmawan, M.Pd., AIFO)
NIP/NIK/Lainnya. 6600202019513

Lampiran 2
Daftar Hadir Peserta

Daftar Hadir Peserta

No	Nama	Tanda Tangan
1	Christin Gloria Aalang	
2	Zaskia Putri Salurante	
3	Nabila Al-Adhani Ismail	
4	Moh. Zulkifli Ibrahim	
5	Syahril Dama	
6	Moh. Akbar Hamzah	
7	Nazwa Salsabila Habibie	
8	Stevani Oktavia Timbulu	
9	Karmila Karim Hasan	
10	Putri Yustina Darise	
11	Anggini Gadishya Ismail	
12	Sutriani Kasoke	
13	Moh. Rafael Lainto	
14	Valen Adolf Mahieu	
15	Daffa R Hadju	

Lampiran 3
Dokumentasi Kegiatan



