

USULAN PENELITIAN PERCEPATAN GURU BESAR



Judul:

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN PERMAINAN POLA DASAR GERAK  
OUT BOUND LOW IMPACT UNTUK MENINGKATKAN KONTROL GERAK,  
MEMORI GERAK DAN KONSENTRASI SISWA DISABILITAS

Diusulkan Oleh

Dr. Dra. Bernadeta Suhartini, M.Kes./NIP. 19610510 198702 2 003

Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes./NIP. 19630714 198812 2 001

Prof. Dr. Dra. Sumaryanti, M.S./NIP. 19580111 198203 2 001

Dr. dr. Rachmah Laksmi Ambardini, M.Kes./NIP. 19710128 200003 2 001

Sundari Putri Rahayu/NIM. 20603141003

Rizky Bima Mahira/NIM. 20603144012

Diana Rahmayanti/NIM. 20603141021

Faki Khairun Naili/NIM. 20603141018

Rina Mahira/NIM. 20603141001

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2023

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

1. **Judul Penelitian** : Pengembangan model pembelajaran permainan pola dasar gerak Out Bound Low Impact untuk meningkatkan kontrol gerak, memori gerak dan konsentrasi siswa Disabilitas
2. **Ketua Peneliti** :
- a. Nama lengkap : Dr. Dra. Bernadeta Suhartini, M.Kes.
- b. Jabatan : Lektor Kepala
- c. Program Studi : Ilmu Keolahragaan - S3
- d. Alamat : Puluhan RT.03 Pos Kemusuk Argomulyo Sedayu Bantul Yogyakarta
- e. Telepon : +6287838608846
- f. e-mail : bernadeta\_suhartini@uny.ac.id
3. **Bidang Keilmuan** : Keolahragaan
4. **Skim** : Penelitian Percepatan Guru Besar
5. **Tema Penelitian Payung** : Model pembelajaran berbasis TIK
6. **Sub Temap Penelitian Payung** : Pembelajaran dan Perkembangan Motorik
7. **Kelompok Peneliti** :

No	Nama, Gelar	NIP	Bidang Keahlian
1.	Dr. Dra. Farida M, M.Kes.	19630714 198812 2 001	Strategi Pembelajaran, Senam
2.	Prof. Dr. Dra. Sumaryanti, M.S.	19580111 198203 2 001	Aktivitas Jasmani Adapted
3.	Dr. dr. Rachmah Laksmi A, M.Kes	19710128 200003 2 001	

8. **Mahasiswa yang terlibat** :

No	Nama	NIM	Prodi
1.	Sundari Putri Rahayu	20603141003	Ilmu Keolahragaan
2.	Rizky Bima Mahira	20603144012	Ilmu Keolahragaan
3.	Diana Rahmayanti	20603141021	Ilmu Keolahragaan
4.	Faki Khairun Naili	20603141018	Ilmu Keolahragaan
5.	Rina Mahira	20603141001	Ilmu Keolahragaan

9. **Lokasi Penelitian** : SLB Marsudi Putra I Bantul Yogyakarta
10. **Waktu Penelitian** : 1 Juni 2023 s/d 27 Oktober 2023
11. **Dana yang diusulkan** : Rp. 45.000.000,00

Mengetahui,  
Dekan FIKK,



Prof. Dr. Wawan S. Sundawan, M.Ed  
NIP. 19640707 198812 1 001

Yogyakarta, 26 Mei 2023  
Ketua Pelaksana



Dr. Bernadeta Suhartini, M.Kes  
NIP. 19610510 198702 2 003

Menyetujui,  
Dekan FIKK,



Prof. Dr. Wawan S. Sundawan, M.Ed  
NIP. 19640707 198812 1 001

## **IDENTITAS PROPOSAL PENELITIAN**

### 1. JUDUL PENELITIAN

Pengembangan model pembelajaran permainan pola dasar gerak <i>Out Bound Low Impact</i> untuk meningkatkan kontrol gerak, memori gerak dan konsentrasi siswa Disabilitas
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Bidang Fokus RIRN / Bidang Unggulan Perguruan Tinggi	Tema	Topik (jika ada)	Rumpun Bidang Ilmu
Kesehatan	Kesehatan Olahraga	Intervensi Permainan Pola Dasar Gerak <i>outbound Low impact</i>	Kesehatan Olahraga

Kategori (Kompetitif Nasional/ Desentralisasi/ Penugasan)	Skema Penelitian	Strata (Dasar/ Terapan/ Pengembangan)	SBK (Dasar, Terapan, Pengembangan)	Target Akhir TKT	Lama Penelitian (Tahun)
Penelitian Desentralisasi	Penelitian Percepatan Guru Besar	Riset Pengembangan	SBK Pengembangan	3	1

### 2. IDENTITAS PENGUSUL

Nama, Peran	Perguruan Tinggi/ Institusi	Program Studi/ Bagian	Bidang Tugas	ID Sinta	H-Index
Dr. Bernadeta Suhartini, M.Kes	Universitas Negeri Yogyakarta	Ilmu Keolahragaan	Penanggung jawab pelaksanaan dan laporan penelitian	6023174	1
Prof. Dr. Sumaryanti, M.S	Universitas Negeri Yogyakarta	Ilmu Keolahragaan	Pendamping penelitian	6015157	2
Dr. dr. Rachmah Laksmi Ambardini, M.Kes	Universitas Negeri Yogyakarta	Ilmu Keolahragaan	Membantu persiapan dan pelaksanaan penelitian	5989724	1
Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes	Universitas Negeri Yogyakarta	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	Membantu persiapan dan pelaksanaan penelitian	14071963	0

### 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
SLB Marsudi Putra I Bantul Yogyakarta	Subardi, S.Pd, M.Pd

#### 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> )
2024	Artikel	Accepted	

##### 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> )
2024	Buku	Accepted	

#### ANGGARAN

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

**Total RAB 45.000.000,-**

Jenis Pembelanjaan	Komponen	Item	Satuan	Vol.	Biaya Satuan	Total
Bahan	ATK	Kertas, fotocopy, alat tulis, tinta printer	Paket	3	1.440.000	1.440.000
Pengumpulan Data	FGD persiapan	Rapat persiapan pembuatan permainan <i>out bound low impact</i>	OH	8	100.000	800.000
Pengumpulan Data	Konsumsi FGD persiapan	Konsumsi FGD pembuatan permainan <i>out bound low impact</i>	OH	8	40.000	320.000
Pengumpulan Data	FGD validasi ahli	Rapat validasi ahli	OK	2	500.000	1.000.000
Pengumpulan Data	Konsumsi FGD validasi ahli	Konsumsi rapat validasi ahli	OH	10	40.000	400.000
Pengumpulan Data	Ethical Clearance	Biaya Ethical Clearance	OK	1	350.000	350.000
Pengumpulan Data	Bahan Penelitian (Habis Pakai)	Alat dan tempat permainan		4	250.000	1.000.000
Pengumpulan Data	Bahan Penelitian (Habis Pakai)	Biaya sewa tempat <i>out bound</i>	jam	40	6.000.000	6.000.000
Pengumpulan Data	Konsumsi testor dan sampel	Snak ,minum dan makan	OH	80	50.000	4.000.000

Analisis Data	FGD input data	Rapat persiapan input data	OH	8	100.000	800.000
Analisis Data	Konsumsi FGD	Konsumsi FGD input data	OH	8	40.000	320.000
Analisis Data	HR Pengolah Data	Biaya Olah data	OH	1	900.000	900.000
Analisis Data	FGD Hasil Penelitian	FGD hasil penelitian	OH	8	100.000	800.000
Analisis Data	Konsumsi FGD Hasil penelitian	Konsumsi FGD	OH	8	50.000	400.000
Pelaporan, Luaran Wajib, dan Luaran Tambahan	Penyusunan buku	Penyusunan buku & ISBN	Paket	1	4.000.000	4.000.000
Pelaporan, Luaran Wajib, dan Luaran Tambahan	Seminar hasil	Biaya seminar hasil	Paket	1	370.000	370.000
Pelaporan, Luaran Wajib, dan Luaran Tambahan	Translate, Publikasi artikel jurnal ilmiah bereputasi	Biaya publikasi artikel jurnal internasional bereputasi	Paket	1	21.300.000	21.300.000
Perjalanan	Transportasi		OH	8	100.000	800.000
					<b>TOTAL</b>	<b>45.000.000</b>



Isian Substansi

## PROPOSAL PENELITIAN

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

---

### 1. RINGKASAN

#### Latar Belakang:

Anak tunagrahita adalah anak yang mengalami hambatan dalam perkembangan mental dan intelektual sehingga berdampak pada perkembangan kognitif dan perilaku adaptifnya, seperti antara lain tidak mampu memusatkan pikiran, pengendalian gerak kurang bagus, emosi tidak stabil, daya ingat kurang, suka menyendiri dan pendiam, peka terhadap cahaya. Kemampuan yang berkaitan dengan kemampuan motorik perlu di stimulasi untuk mengembangkan pola dasar gerak agar meningkat. Hal itu menjadi penting karena anak Tunagrahita mempunyai kemampuan mental lemah, hal tersebut perlu pengembangan model aktivitas jasmani yang mudah dan menarik agar anak tunagrahita mau melakukan tanpa paksaan. Model permainan pola dasar gerak yang dilakukan di dalam terbuka dan berbasis *low impact* diharapkan dapat memberi sedikit solusi untuk memberikan kebebasan bergerak pada anak tunagrahita yang mempunyai kesulitan dalam pengendalian gerak, kurang konsentrasi dan lemah dalam mengingat sesuatu. Aktivitas tersebut bersifat bermain yang terdiri dari, (1) meniti papan keseimbangan, (2) berjalan-berlari, melompat-meloncat, (3) merangkak dalam terowongan, (4) mengayun bola kedepan-kebelakang, (5) mengayun bola memutar, (6) melempar bola ke sasaran, dan, (7) bermain puzzle angka.

#### Tujuan:

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran permainan pola dasar gerak *out bound low Impact* untuk meningkatkan kontrol gerak, memori gerak dan konsentrasi siswa disabilitas tunagrahita

#### Metode

Model penelitian pengembangan menggunakan model yang dikembangkan oleh Borg & Gall (2007:580), dengan langkah-langkah sebagai berikut 1). Tahap awal pengumpulan informasi, 2). Tahap perencanaan, 3). Pengembangan Draft awal, 4). Uji lapangan awal, 5). Revisi produk, 6). Uji lapangan utama, 7). Revisi produk operasional, 8) Uji lapangan secara operasional, 9) Revisi produk akhir, 10). Desiminasi. Validasi ahli dilakukan menggunakan teknik *Delphi* dengan cara

menyerahkan draf model kepada para ahli yang kompeten dalam bidang pendidikan jasmani adaptif, perkembangan dan pembelajaran motorik, ahli media dan ahli ketunaan. Populasi penelitian adalah siswa SLB I Mardi Putra Bantul yang berjumlah 60 siswa, semua populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik Analisa data *Content Validity Ratio (CVR)*, deskriptif presentase, dan uji *Kolmogorov Smirnov* untuk uji prasarat. Uji efektivitas menggunakan statistic Wilcoxon p sig.<0,05 dengan pretes dan postes.

**Target Penelitian:**

Menghasilkan model pembelajaran permainan pola dasar gerak *out bound low Impact* untuk meningkatkan kontrol gerak, memori gerak dan konsentrasi siswa disabilitas, terpublikasinya artikel di jurnal internasional bereputasi.

**TKT Penelitian:**

Awal :TKT 1, Akhir :TKT 8

**Kata Kunci;** Pola dasar gerak, *out bound low Impact* , kontrol gerak, memori gerak, konsentrasi gerak , siswa tunagrahita

Kata kunci maksimal 5 kata
----------------------------

**LATAR BELAKANG**

Latar belakang penelitian tidak lebih dari 500 kata yang berisi latar belakang dan permasalahan yang akan diteliti, tujuan khusus, dan urgensi penelitian. Pada bagian ini perlu dijelaskan uraian tentang spesifikasi khusus terkait dengan skema.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**LATAR BELAKANG**

Penelitian pengembangan model pembelajaran permainan pola dasar gerak *out bound low Impact* diharapkan meningkatkan kontrol gerak, memori gerak dan konsentrasi gerak siswa disabilitas tunagrahita yang mempunyai intelegensi rendah yaitu 31-50. Penelitian dengan mengembangkan aktivitas bermain berbasis pola dasar gerak dilakukan di luar sekolah dan bersifat low impact yang mudah dan aman dilakukan siswa yang mempunyai keterbatasan seperti tunagrahita. Belum banyak penelitian yang mengeksplorasi aktivitas jasmani untu kanak tunagrahita yang bersifat *outbound low impact*. Keuntungan penelitian di alam terbuka lebih memberi kebebasan bergerak dan jalannya penelitian dapat dikondisikan sesuai kebutuhan dan karakteristik anak tunagrahita .

Permasalahan yang akan diteliti adalah bagaimana konstuk atau disain model permainan pola dasar gerak outbound low impact untuk meningkatkan control gerak, memori gerak dan konsentrasi terhadap gerak yang dilakukan siswa tuagrahita, bagaiman kelayakan model yang dibuat dan bagaimana efektivitas model terhadap peningkatan control gerak, daya ingat gerak dan konsentrasi terhadap gerak yang dilakukan oleh siswa tunagrahita,

**Tujuan khusus:**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran permainan pola dasar gerak *out bound low Impact* untuk meningkatkan kontrol gerak, memori gerak dan konsentrasi siswa disabilitas tunagrahita.

**Spesifikasi keterkaitan skema dengan bidang fokus atau renstra penelitian PT:**

Penelitian ini merujuk pada prioritas RIRN sub-tema Kemandirian Kesehatan.

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

**TINJAUAN PUSTAKA**

**State of the Art:**

**Penyandang Disabilitas**

Penyandang disabilitas adalah orang yang memiliki keterbatasan fisik, mental, intelektual atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dan sikap masyarakatnya dapat menemui hambatan yang menyulitkan untuk berpartisipasi penuh dan efektif berdasarkan kesamaan hak (Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2011 Tentang Pengesahan Hak-Hak Penyandang Disabilitas). Kementerian Pendidikan Nasional menyebut dengan istilah berkebutuhan khusus dan Kementerian Kesehatan menyebut dengan istilah penderita cacat.

pengertian penyandang disabilitas menurut Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas, adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga Negara lainnya berdasarkan kesamaan hak.



## **Penyandang Disabilitas Cacat Mental**

Menurut Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat, Penyandang Disabilitas Cacat mental adalah kelainan mental dan atau tingkah laku, baik cacat bawaan maupun akibat dari penyakit, antara lain: a) retardasi mental, b) gangguan psikiatrik fungsional, c) alkoholisme, d) gangguan mental organik dan epilepsi. Disabilitas mental atau kelainan mental terdiri dari Mental Tinggi, sering dikenal dengan orang berbakat intelektual, di mana selain memiliki kemampuan intelektual di atas rata-rata dia juga memiliki kreativitas dan tanggungjawab terhadap tugas. Mental Rendah, kemampuan mental rendah atau kapasitas intelektual/IQ (Intelligence Quotient) di bawah rata-rata dapat dibagi menjadi 2 kelompok yaitu anak lamban belajar (slow learners) yaitu anak yang memiliki IQ (Intelligence Quotient) antara 70-90. Sedangkan anak yang memiliki IQ (Intelligence Quotient) di bawah 70 dikenal dengan anak berkebutuhan khusus. Berkesulitan Belajar Spesifik, berkesulitan belajar berkaitan dengan prestasi belajar (achievement) yang diperoleh.

### **Asas dan Hak-hak Penyandang Disabilitas**

Menurut Rahayu, dkk (2013:111), terdapat empat asas yang dapat menjamin kemudahan atau aksesibilitas penyandang disabilitas yang mutlak harus dipenuhi, yaitu sebagai berikut:

- a. **Asas kemudahan**, yaitu setiap orang dapat mencapai semua tempat atau bangunan yang bersifat umum dalam suatu lingkungan.
- b. **Asas kegunaan**, yaitu semua orang dapat mempergunakan semua tempat atau bangunan yang bersifat umum dalam suatu lingkungan.
- c. **Asas keselamatan**, yaitu setiap bangunan dalam suatu lingkungan terbangun harus memperhatikan keselamatan bagi semua orang termasuk disabilitas.
- d. **Asas kemandirian**, yaitu setiap orang harus bisa mencapai dan masuk untuk mempergunakan semua tempat atau bangunan dalam suatu lingkungan dengan tanpa membutuhkan bantuan orang lain.

Menurut Pasal 41 ayat (2) Undang-undang Nomor 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia mengatur bahwa setiap penyandang cacat/disabilitas, orang yang berusia lanjut, wanita hamil, dan anak-anak, berhak memperoleh kemudahan dan perlakuan khusus. Berdasarkan hal tersebut maka penyandang cacat/disabilitas berhak atas penyediaan sarana aksesibilitas yang menunjang kemandiriannya, kesamaan kesempatan dalam pendidikan, kesamaan kesempatan dalam ketenagakerjaan, rehabilitasi, bantuan sosial, dan pemeliharaan taraf kesejahteraan sosial.

Dalam hal ini yang dimaksud rehabilitasi meliputi rehabilitasi medik, rehabilitasi pendidikan, rehabilitasi pelatihan, dan rehabilitasi sosial.

Dalam Pasal 6 Undang-undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat ditegaskan bahwa setiap penyandang cacat/disabilitas berhak memperoleh:

- a. Pendidikan pada semua satuan, jalur, jenis, dan jenjang pendidikan.
- b. Pekerjaan dan penghidupan yang layak sesuai dengan jenis dan derajat kecacatan, pendidikan, dan kemampuannya.
- c. Perlakuan yang sama untuk berperan dalam pembangunan dan menikmati hasil-hasilnya
- d. Aksesibilitas dalam rangka kemandiriannya.
- e. Rehabilitasi, bantuan sosial, dan pemeliharaan taraf kesejahteraan sosial.
- f. Hak yang sama untuk menumbuh kembangkan bakat, kemampuan, dan kehidupan sosialnya, terutama bagi penyandang cacat anak dalam lingkungan keluarga dan masyarakat.

### **Permainan pola dasar gerak *out bound low impact***

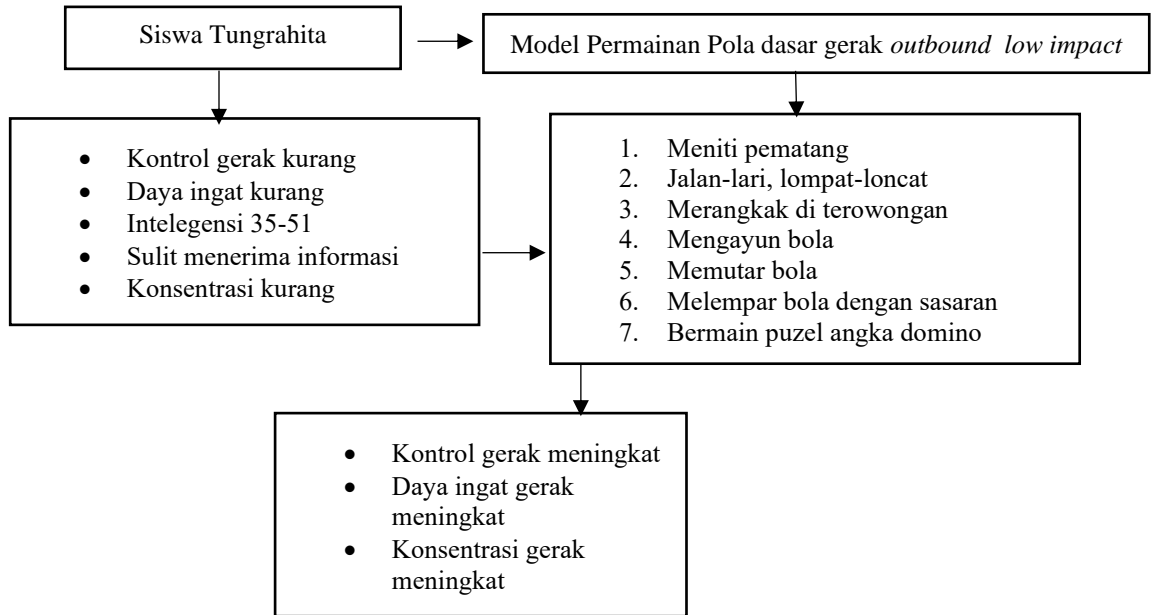
Outbound adalah kegiatan di luar ruangan yang bersifat petualangan dan penuh tantangan sebagai proses pembelajaran untuk menemukan, mengenali potensi-potensi anak sehingga mereka dapat mengenali dirinya sendiri (Shoimin, 2016:114). Permainan out bound merupakan salah satu permainan yang efektif karena menggabungkan berbagai macam aspek, mulai dari aspek fisik, aspek mental juga intelegensi. Dikemas dengan santai dan menyenangkan, membuat para siswa mengikuti dengan penuh semangat, untuk mendukung tumbuh kembang psikomotorik anak, de disabilitas tunagrahita. Outbond dilakukan bertujuan juga untuk melatih daya ingat.mengontrol gerak dan melatih konsentrasi serta keberanian siswa anak berkebutuhan khusus, siswa diajarkan untuk berani mengikuti kegiatan yang menantang.

Outbound adalah suatu program manajemen di alam terbuka yang mendasarkan pada prinsip “*experiential learning*” (belajar melalui pengalaman langsung) yang disajikan dalam bentuk permainan, simulasi, diskusi, dan petualangan sebagai media penyampaian materi. Siswa langsung terlibat pada aktivitas (*learning by doing*), anak akan segera mendapat umpan balik tentang dari kegiatan yang dilakukan sehingga dapat dimanfaatkan sebagai bahan pengembangan diri (Ancok.2013:41). Outbound adalah proses pembelajaran secara langsung dari alam melalui suatu simulasi yang akan menimbulkan rasa kebersamaan dan ketertaikan anak akan alam berdasarkan pengalaman. Pendapat lain Menurut Sanoesi (2018:11) outbound merupakan sebuah

media pendidikan di alam terbuka yang diawali dari sebuah kekurangan kemudian mengubah kekurangan itu menjadi sebuah kelebihan. outbound adalah kegiatan yang memanfaatkan lingkungan sekitar yang dapat mengembangkan kreativitas anak sehingga anak dapat menggali dan mengembangkan potensinya. Menurut Sanoesi (2018: 22), tujuan diadakannya kegiatan outbound antara lain: 1) Kegiatan Rekreasi, 2). Petualangan Kecil. Manfaat Permainan Outbound

Indriana (2011:179) mengungkapkan terdapat beberapa manfaat dari permainan outbound di antaranya, menjalin komunikasi yang efektif, bisa melakukan pengembangan tim (*team buiding*), belajar untuk melakukan pemecahan masalah (*problem solving*), memupuk rasa percaya diri (*self confidence*), belajar kepemimpinan (*leadership*), menjalin kerja sama dalam tim (sinergi), melakukan permainan yang menghibur (*fun games*), belajar untuk berkonsentrasi atau memfokuskan perhatian, melatih kejujuran dan sportivitas. Susanto (2017:139) mengatakan bahwa tahapan permainan outbound dalam *experiential learning* yang terangkum dalam seluruh tahapan kegiatan outbound: 1. Tahap Perencanaan 2. Tahapan Pembentukan Pengalaman 3. Tahapan Refleks Pengalaman e. Metode permainan outbound dalam permainan biasanya memiliki metode-metode. Menurut Indriana (2011:193) metode permainan outbound sebagai berikut: 1. Permainan kelompok dalam suatu kegiatan outbound, banyak sekali permainan yang dilakukan secara berkelompok, baik yang sifatnya *fun game* maupun *middle game*. Permainan outbound low impact dengan aktivitas pola dasar gerak diharapkan mudah dilakukan oleh siswa disabilitas tunagrahita permainan tersebut adalah (a) meniti di balok titian, (b) berjalan-berlari, melompat-meloncat, (c) merangkak dalam terowongan, (d) mengayun bola sambil tungkai mengeper, (e) memutar bola sambil berdiridi tempat, (f) melempar bola dalam lingkaran hola hop. (g) memasang puzzle sesuai angka. Kerja kelompok dalam suatu kegiatan outbound, kerja kelompok bisa dikerjakan untuk menstimulasi siswa tunagrahita a dalam permainan-permainan sederhana melalui kegiatan *outbound low impact*. Petualangan Individu perlu dilakukan dalam kegiatan outbound untuk memberikan pengalaman baru kepada siswa tunagrahita, mengontrol gerak, menambah keberanian, melatih daya ingat, dan melatih konsentarsi. Metode ceramah dapat dilakukan saat acara outbound. Hal ini dilakukan untuk memberi informasi dan memperdalam materi sehingga semakin memantapkan tujuan diadakannya outbound yang bersifat *low impact*

**Gambar 1.**

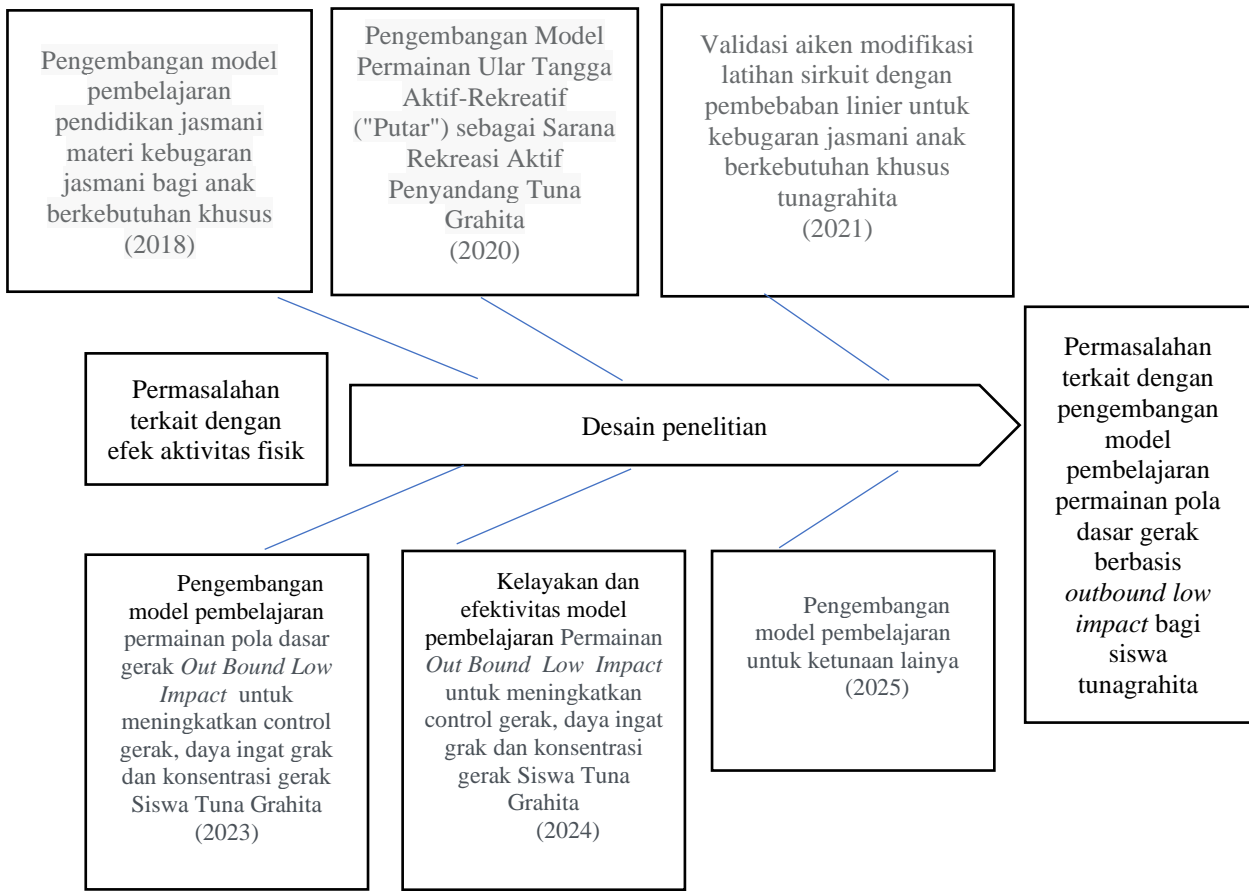


**Gambar 1.** Keterkaitan anak tunagrahita sedang dengan permainan pola dasar gerak *outbound low impact*

### **Model Aktivitas permainan poladasar gerak *outbound low impact***

Model aktivitas meniti di papan titian dapat dilakukan di garis lurus, papan titian atau di pematang yang berada di alam terbuka, tujuan aktivitas ini untuk melatih keseimbangan, konsentrasi dan pengendalian gerak anak tunagrahita. Aktivitas jalan-lari, lompat-loncat melatih otot-otot kasar, kontrol gerak dan daya ingat pada waktu melakukan aktivitas gerak. Merangkak di Lorong melatih pengendalian gerak dan konsentrasi gerak, sedang melempar bola melatih konsentrasi siswa tuna grahita dan memasang puzzle domino sesuai dengan jumlah bulatan pada angka yang tersedia untuk melatih kognitif dan daya ingat anak.

Roadmap Penelitian:



Gambar 2. Roadmap Penelitian

Metode atau cara untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan ditulis tidak melebihi 600 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. Di bagian ini harus juga mengisi tugas masing-masing anggota pengusul sesuai tahapan penelitian yang diusulkan.

**METODE**

Desain Penelitian:

Penelitian merupakan penelitian pengembangan atau R&D, Model penelitian pengembangan menggunakan model yang dikembangkan oleh Borg&Gall (2007:580), dengan langkah-langkah sebagai berikut 1). Tahap awal pengumpulan informasi, 2). Tahap perencanaan, 3). Pengembangan

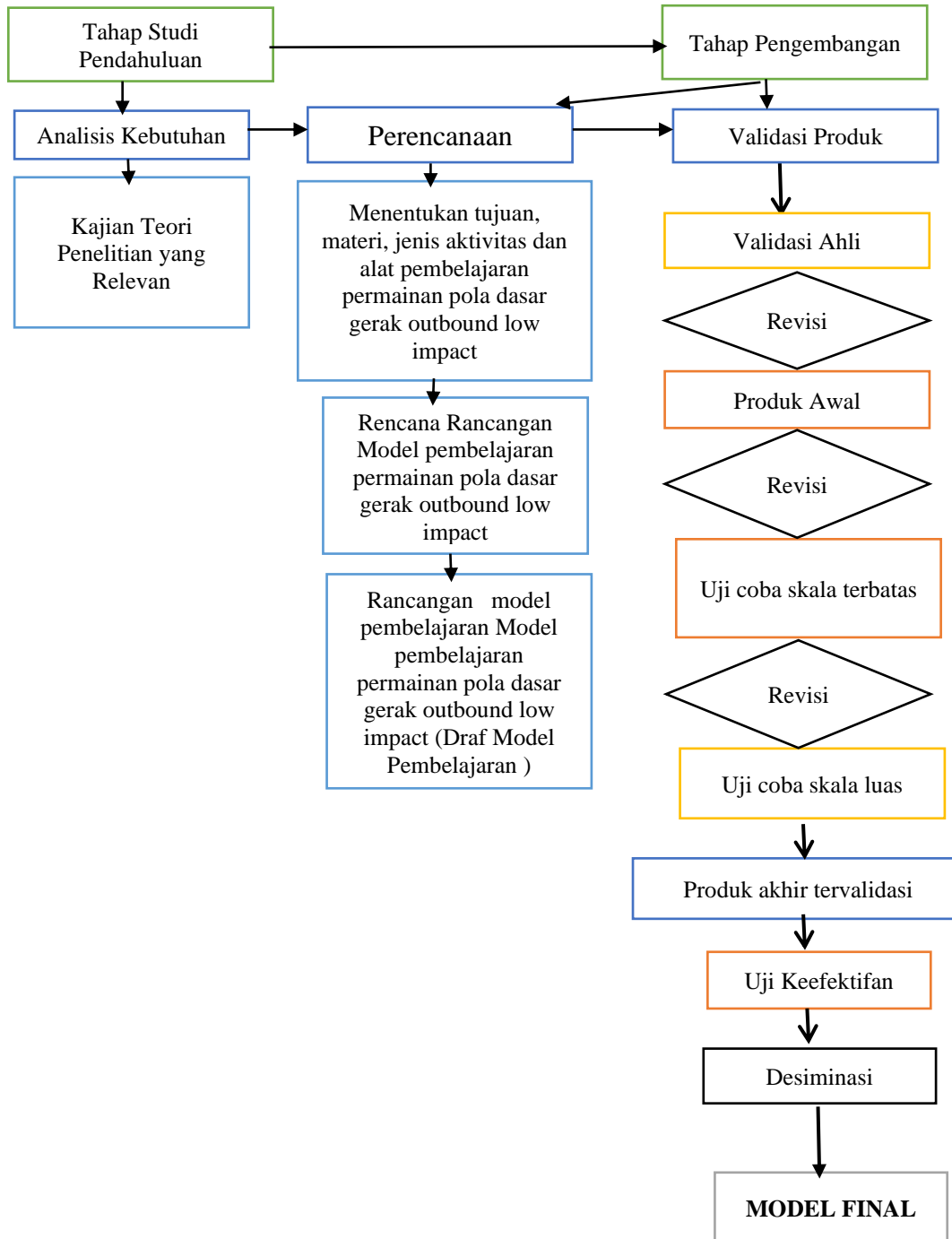
Draf awal, 4). Uji lapangan awal, 5). Revisi produk, 6). Uji lapangan utama, 7). Revisi produk operasional, 8) Uji lapangan secara operasional, 9) Revisi produk akhir, 10). Desiminasi . Validasi ahli dilakukan menggunakan teknik *Delphi* dengan cara menyerahkan draf model kepada para ahli yang kompeten dalam bidang pendidikan jasmani adaptif, perkembangan dan pembelajaran motorik, ahli media dan ahli ketunaan. Populasi penelitian adalah siswa SLB I Mardi Putra Bantul yang berjumlah 60 siswa, semua polulasi dijadikan sampel penelitian. Tekniki Analisa data *Content Validity Ratio (CVR)*, deskriptif presentase, dan uji *Kolmogorov Sminov* untuk uji prasarat. Uji efektivitas menggunakan statistic Wilcoxon p sig.<0,05 dengan pretes dan postes.

**Tabel 1. Rencana perlakuan dan distribusi kelompok**

<b>Kelompok pretest</b>	<b>Kelompok posttest</b>	<b>Kelompok Kontrol</b>	<b>Jumlah (n)Total</b>
30	30	-	60

Prosedur & Etika Penelitian:

Protokol penelitian akan diajukan ke komisi etik Universitas Negeri Yogyakarta. Langkah kegiatan R&D dapat deigambarkan sebagai berikut:



**Gambar 3.** Bagan Alur Penelitian

## Tahapan, Proses, Luaran, Indikator Capaian Target dan Tugas Peneliti

Tabel 2. Tahapan, Proses, Luaran, Indikator Capaian Target dan Tugas Peneliti

Tahapan	Proses	Luaran& Indikator Capaian Target	Tugas Tim
Persiapan	Membuat draf model	Permainan pola dasar gerak outbound low impact	Sudah terlaksana
Validasi instrument	Uji validitas dan reliabilitas instrumen	intrumen yang tervalidasi	<b>Ketua:</b> koordinator <b>Anggota: Membantu koordinasi</b> <b>Mahasiswa:</b> membantu pelaksanaan
Randomisasi Subjek	Penentuan sampel penelitian	Mendapatkan sampel yang sesuai	<b>Ketua:</b> koordinator <b>Anggota: Membantu koordinasi</b> <b>Mahasiswa:</b> membantu pelaksanaan
Uji coba model	Uji ke layakan model permainan pola dasar gerak outbound low impact	Di nyatakan layak	<b>Ketua:</b> koordinator <b>Anggota: Membantu koordinasi</b> <b>Mahasiswa:</b> membantu pelaksanaan
Uji coba model ke 2	Pretest d	Terlaksananya pretest	<b>Anggota: Membantu koordinasi</b> <b>Mahasiswa:</b> membantu pelaksanaan
Pengambilan Data Posttest	Pengambilan data setela diberi perlakuan dengan model pembelajaran permaianan poladasar gerak outbound low impact	Diperolehnya Data Posttest	<b>Ketua:</b> koordinator <b>Anggota: Membantu koordinasi</b> <b>Mahasiswa:</b> membantu pelaksanaan
Analisis Data	Analisis data statistic dengan program SPSS	Terlaksananya analisis data	<b>Ketua:</b> koordinator <b>Anggota: Membantu koordinasi</b> <b>Mahasiswa:</b> membantu pelaksanaan
Penulisan laporan penelitian dan publikasi	Penulisan laporan dan artikel ilmiah	Tersusunnya laporan dan Artikel. Artikel accepted di Jurnal Internasional bereputasi.	<b>Ketua:</b> koordinator <b>Anggota: Membantu koordinasi</b> <b>Mahasiswa:</b> membantu pelaksanaan



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

## JADWAL

Tahun ke-1

No	Nama Kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Penyusunan draf model						v						
2	Validasi model						v						
3	Uji coba model/kelayakan model							v					
4	Pengambilan data Pretest							v					
5	Pengambilan data posttest									v			
6	Analisis data									v			
7	Penyusunan laporan, artikel ilmiah & publikasi										v	v	

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

## DAFTAR PUSTAKA

- Alexander Luria – life, research and contribution to neuroscience. (2017) *International Journal of Neuropsychotherapy*, 1(2),47-.  
doi: .12744/ijnpt.2013.0047-0055
- Arnaldi, Melani. (2011). Cognitive process to parameter assessment learning disability of children. *Procedia Social and Behavioral Science*. USA, 29,170-178.
- Arnaldi, Melani. (2011). Effectivity method intervenes Melani's metacognitive for learning disability of children in Indonesia. *Procedia Social and Behavioural Sciences*. UK, 29,164-169.
- Bangun, SY. (2016). Penerapan Model Pembelajaran Kontekstual. *Artikel*.
- Borg dan Gall. J.P. (2007). *Educational Research: An Intodution*. Edisi ketujuh. Boston: Pearson Education, Inc
- Kronenberger, W. G. Pisoni, D. B. Harris, M. S. Hoen, H. M. Xu, H. Miyamoto, R. T. (2013). Profiles of verbal working memory growth predict speech and language development in children with cochlear implants. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 56, 805–825.

7. Kunde, W., Reuss, H., & Kiesel, A. (2012). *Consciousness and cognitive control*. *Advance in cognitive psychology*, 8, 23-32.
8. Marion Stein, Max Auerswald, Mirjam Ebersbach. (2017). Relationships between Motor and Executive Functions and the Effect of an Acute Coordinative Intervention on Executive Functions in Kindergartners. *Journal Psychol*. Vol.8. 2017. 8: 859.
9. Nigg, J.T. (2011). *Cognitive impairments found with Attention- deficit/Hyperactivity disorder: what clinicians need to know*. *PSYCHIATRIC TIMES*, 56-64.
10. Price G.R, Mazzoco M.M, Ansar D. (2013). Brain Activation during single digit Arithmetic Predicts High School Math Scores. *Journal of Neurosci*, 12, 2936-2941.
11. Rahayu, (2019), *Pengertian, Jenis Dan Hak Penyandang Disabilitas*, Jakarta
12. Serino *at all*.(2013). The Influence of Prism Adaptation on Motor Components of Neglect: A Reply to Saevarsson and Kristjansson. *Journal Front Hum Neurosci*. 7: 255.
13. Singh MA. (2015). *Effects of physical activity on Eive Executive function in middleage* . *Am J Public Health*. 95:2253-8
14. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2011 *Tentang Pengesahan Convention On The Rights Of Persons With Disabilities* (Konvensi Mengenai Hak-Hak Penyandang Disabilitas).
15. Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang *Penyandang Disabilitas*

## LAMPIRAN 1. BIODATA PENELITI

### A. BIODATA KETUA PENGUSUL

#### BIODATA ANGGOTA PENGUSUL

Nama	Dr. Bernadeta Suhartini, M.Kes.
NIDN/NIDK	0010056113
Pangkat/Jabatan	Lektor Kepala
E-mail	Bernadeta_suhartini@uny.ac.id
ID Sinta	6023174
H-Index	2

#### Publikasi di Jurnal Internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Development of physical activity models perception for kindergarten	First author	Horizon Research Publishing (HRPUB) Vol.10/ No.1 /2022	
2	Gymnastics Model For Gross Motor Learning in Kindergarten Students	Co-Outhor	Neuroquantology, Vol.20 11, 6368-6372. Doi: 10.14704/NQ.2022.20.11. NQ. 66636	

#### Publikasi di Jurnal Nasional Terakreditasi

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1.	The utilization of “si buyung” gymnastic in improving ealrly childhood gross motor skill	First Author	Sportif UNP Kediri Vol. 8. No 1 (2022)	
2	Pemulihan Kontrol Motorik Penderita Stroke Dengan Relearning Program	First Author	Medikora, FIK UNY Vol. 2.No.4 ( 2015)	
3	Deteksi Dini Keterlambatan Perkembangan Motorik	First Author	Majora FIK UNY Vol. 3. No.9 (2014)	
4	Human Capital in Sector of Sport	First Author	Medikora , FIK UNY Vol. 5.No.1 (2013)	
5	Perspektif Global Visi Olah raga	First Author	Medikora, FIK, UNY Vol.7 No.3 (2011)	

**Prosiding seminar/konferensi internasional terindeks**

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Arrangement evaluation tool motorik soft ability child poor child grahita to educate class base at slb country sayidan Yogyakarta	First Author	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, 2020, I, , 978-989-758-457-2	<a href="https://www.scitepre">https://www.scitepre</a>
2	Evaluation Tools Development of Motor Perception for Disability Student	First Author	ICERY	

**Buku**

No	Judul Buku	Tahun Penerbitan	ISBN	Penerbit	URL (jika ada)
1	Model Pembelajaran Aktivitas Persepsi Motorik	2021		UNY Press	
2	Etika Komunikasi Olahraga	2020		UNY Press	
3	Tahap Perkembangan Motorik	2019		UNY Press	
4	Perkembangan Motorik	2017		UNY Press	
5	Peraturan dan Teknik Bermain softball	2016		CV Wijaya Bhakti	
6	Perspektif Global	2015		Kanwa Publisher	

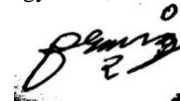
**Riwayat penelitian didanai Kemendikbud/DIPA UNY**

No	Judul	Tahun	Dana Disetujui (Rp)
1	Identifikasi dan perbedaan keterampilan dasar motorik siswa sekolah dasar kelas bawah se Jawa Bali (ketua)	2022	
2	Validasi Aiken modifikasilatihan sirkuit dengan pembebananlinier untuk kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus tunagrahita (anggota)	2021	
3	Pengembangan permainan ular tangga aktif-rekreatif("Putar") sebagai sarana rekreasi aktif penyandang tunagrahita (anggota)	2020	
4	Pengaruh Model Pembelajaran Aktivitas Persepsi Motorik Terhadap Peningkatan Fokus dan Memori Pikir Siswa Taman Kanak-Kanak (Ketua)	2019	
5	Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani untuk Anak Berkebutuhan Khusus (Ketua)	2018	

No	Judul	Tahun	Dana Disetujui (Rp)
6	Model Pembelajaran Aktivitas Jasmani Berbasis Persepsi Motorik Siswa Taman Kanak-Kanak (Ketua)	2017	
7	Tekanan Darah Dan Denyut Nadi Istirahat Peserta Senam Aerobik Rutin di Condong Catur Depok Sleman Yogyakarta (anggota)	2016	
8	Hubungan Pengetahuan dengan peran ibu dalam perkembangan <i>executive function</i> anak TK B di Kecamatan Sedayu Bantul Yogyakarta (Ketua)	2016	
9	Studi lapangan tentang sarana prasarana untuk pembelajaran aktivitas persepsi motorik siswa TK kelas B di Kec Sedayu Yogyakarta	2015	

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak- sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima risikonya

Yogyakarta, 3 Juni 2022



Dr. Bernadeta Suhartini, M.Kes.  
NIP. 19610510 198702 2003

## BIODATA PENGUSUL

Nama	Prof. Dr. Sumaryanti, M.S.
NIDN/NIDK	0011015802
Pangkat/Jabatan	Guru Besar
E-mail	sumaryanti@uny.ac.id
ID Sinta	6015157
H-Index	1

### Publikasi di Jurnal Internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Content Validity of Circuit Training Program and Its Effects on The Aerobic Endurance of Wheelchair Tennis Athletes	Co-author	International Journal of Kinesiology & Sports Science. 2021. ISSN: 2202-946X www.ijkss.aiac.org.au	<a href="http://www.journals.aic.ac.org.au/index.php/IJKSS/article/view/688">http://www.journals.aic.ac.org.au/index.php/IJKSS/article/view/688</a> <u>1</u>
2	The effect of linear loading circuit training on physical fitness	First author	Gazzetta Medica Italiana - Archivio per le Scienze Mediche 2020 January-February;179(1-2):20-3	<a href="https://www.minervamedica.it/en/journals/gazzetta-medica-italiana/article.php?cod=R22Y2020N01A0020">https://www.minervamedica.it/en/journals/gazzetta-medica-italiana/article.php?cod=R22Y2020N01A0020</a>
3	Circuit Training Intervention for Adaptive Physical activity to Improve Cardiorespiratory Fitness, leg muscle strength statis and Balance Intellectually disabled Children	First author	<i>Sport Mont Journal</i> 2019, 17(3) 97-100	<a href="http://www.sportmont.ucg.ac.me/?sekcija=article&amp;artid=1493">http://www.sportmont.ucg.ac.me/?sekcija=article&amp;artid=1493</a>
4	Inclusive physical education implementation: Case study in Yogyakarta, Indonesia	First author	International Journal of Engineering and Technology(UAE), Vol.7 No.3.25: 197-200 (2018)	<a href="http://dx.doi.org/10.14419/ijet.v7i3.25.1754">http://dx.doi.org/10.14419/ijet.v7i3.25.1754</a> <u>6</u> <a href="https://www.sciencepubco.com/index.php/ijet/issue/view/380">https://www.sciencepubco.com/index.php/ijet/issue/view/380</a>
5	Reliability Of Instruments Friendship Activity Observational Test And Adjective Observational Test For Intellectual Disability In Unified Sports	Co-author	<u>Journal of Education, Health and Sport.</u> 2018;8(7): Hal. 291-304. eISSN 2391-8306. DOI <a href="http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1311606">http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1311606</a> ..	<a href="http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/jobs/article/view/561">http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/jobs/article/view/561</a>
6	Developing design and construction of backspin serving skill tests to assess the learning outcomes for Table Tennis Serving skills	First author	Issues and trends in Interdisciplinary behavior & Social Science.,2018. Hal : 149-154	<a href="https://bookshelf.vitalsource.com/#/books/9781351372701">https://bookshelf.vitalsource.com/#/books/9781351372701</a>

			ISBN: 978-1-138-55380-4 (Hardback) ISBN: 978-1-315-14870-0 (eBook)	
7	Development of Validity and Reliability of Net Game Performance-Based	Co-author	<b>International Journal of Assesment and Evaluation in Education.</b> , Vol. 6., Desember 2016., ISSN 2232-1926., Hal. 41 – 49.	<a href="http://www.myjurnal.my/public/issueview.php?id=6428&amp;journal_id=41#">http://www.myjurnal.my/public/issueview.php?id=6428&amp;journal_id=41#</a>

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

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1.	Implementasi Pendidikan Keselamatan Dalam Pembelajaran Olahraga	Co-author	<b>Jurnal Kependidikan PENELITIAN INOVASI PEMBELAJARAN.</b> Vol. 1., No. 1., Juni 2017., P-ISSN. 2580 - 5525., E-ISSN: 2580 – 5533., Hal. 24 – 37.	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131411062/penelitian/Jurnal%20Kependidikan">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131411062/penelitian/Jurnal%20Kependidikan</a>
2	Pengembangan Model Permainan Untuk Pembelajaran Kinestetik Pada Anak Tuna Netra	Co-author	<b>Jurnal Keolahragaan .</b> Vol. 4., No. 1., April 2016., Print ISSN. 2339-0662 Online ISSN. 2461-0259.. Hal. 74-84.	<a href="https://journal.uny.ac.id/index.php/jolahraga/article/view/8134">https://journal.uny.ac.id/index.php/jolahraga/article/view/8134</a>

#### Prosiding seminar/konferensi internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Dissemination Model of Adaptive Physical Education Learning for the Brain Optimalization of Retarded Kids: Physical Therapy and Neuroscience Overview		Seminar <i>Internasional ACPE UNNES</i>	

#### Buku

No	Judul Buku	Tahun Penerbitan	ISBN	Penerbit	URL (jika ada)
1	Aktivitas Terapi	2005			
2	Masase	2005			

Perolehan KI

No	Judul KI	Tahun Perolehan	Jenis KI	Nomor	Status KI (terdaftar/granted)	URL (jika ada)
1	Model penilaian kinerja hasil belajar pendidikan jasmani olahraga permainan invasi	2019	Buku Panduan		granted	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131121717/penelitian/Sertifikat%20HAKKI%20Model%20Penilaian%20Kinerja%20Hasil%20Belajar%20Pendidikan%20Jasmani%20Olahraga%20Permainan%20Invasi%20(1).pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131121717/penelitian/Sertifikat%20HAKKI%20Model%20Penilaian%20Kinerja%20Hasil%20Belajar%20Pendidikan%20Jasmani%20Olahraga%20Permainan%20Invasi%20(1).pdf</a>
2	Model Pembelajaran pengambilan keputusan	2019	Buku Panduan		granted	<a href="http://staffnew.uny.ac.id/upload/131121717/penelitian/sertifikat_HAKKI_Model%20Pembelajaran%20Pengambilan%20Keputusan.pdf">http://staffnew.uny.ac.id/upload/131121717/penelitian/sertifikat_HAKKI_Model%20Pembelajaran%20Pengambilan%20Keputusan.pdf</a>
3	Panduan Penilaian Kreatif Materi Aktivitas Ritmik	2019	Buku Panduan	000162829	granted	
4	Tes Kebugaran Jasmani disabilitas Intelektual Ringan Usia 13-15 tahun	2019	Buku Panduan	000162828	granted	

Riwayat penelitian didanai Kemendikbud

No	Judul	Tahun	Dana Disetujui (Rp)
1	<b>Pengembangan Model Permainan Ular Tangga Aktif-Rekreatif ("Putar") sebagai Sarana Rekreasi Aktif Penyandang Tuna Grahita (DIPA)</b>	2020	
2	<b>Pengaruh Model Pembelajaran Aktivitas Persepsi Motorik Terhadap Peningkatan Fokus dan Memori Pikir Siswa Taman Kanak-Kanak (DIPA)</b>	2019	
3	<b>Pengembangan Model Aktivitas Ritmik Untuk Meningkatkan Critical Thinking Skills Dan Kreativitas Siswa SMP (DRPM)</b>	2019	
4	<b>Pengaruh Permainan Invasi Dan Gender Terhadap Kebugaran Jasmani Disabilitas Intelektual (DRPM)</b>	2019	
5	Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan JasmaniOlahraga dan Kesehatan di Sekolah Inklusi Sekolah Dasar Tahun 3 (DRPM)	2019	
6	Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani untuk Anak Berkebutuhan Khusus (DIPA-BLU)	2018	



No	Judul	Tahun	Dana Disetujui (Rp)
7	Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Inklusi Sekolah Dasar Tahun I (DRPM)	2017	
8	Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Inklusi Sekolah Dasar Tahun II (DRPM)	2018	
9	Pengembangan Model Manipulasi TOPURAK ( Totok-Pukul-Gerak ) untuk Reposisi Sendi Lutut. (DIPA-BLU)	2017	

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak- sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima risikonya.

Yogyakarta, 3 Juni 2022

Prof. Dr. Sumaryanti, M.S.  
NIP. 19580111 198203 2 003

## BIODATA ANGGOTA PENGUSUL

Nama	Dr. dr. Rachmah Laksmi Ambardini, M.Kes.
NIDN/NIDK	0028017108
Pangkat/Jabatan	Lektor Kepala
E-mail	rachmah_la@uny.ac.id
ID Sinta	5989724
H-Index	1

### Publikasi di Jurnal Internasional terindeks (2016-2022)

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Deep tissue massage and soft tissue release in the management of chronic ankle injury	Co-author	Sport Mont, 18(1): 53-56. (2020)	DOI: 10.26773/smj.200209 <a href="http://www.sportmont.ucg.ac.me/?sekcija=articles&amp;alc=autor&amp;alv=1348">http://www.sportmont.ucg.ac.me/?sekcija=articles&amp;alc=autor&amp;alv=1348</a>
2	Inclusive physical education implementation: Case study in Yogyakarta, Indonesia	Co-author	International Journal of Engineering and Technology(UAE), Vol.7 No.3.25: 197-200 (2018)	<a href="http://dx.doi.org/10.14419/ijet.v7i3.25.17546">http://dx.doi.org/10.14419/ijet.v7i3.25.17546</a> <a href="https://www.scienpacepubco.com/index.php/ijet/issue/view/380">https://www.scienpacepubco.com/index.php/ijet/issue/view/380</a>

### Publikasi di Jurnal Nasional Terakreditasi Peringkat 1 dan 2 (2018-2022)

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1.				

**Prosiding seminar/konferensi internasional terindeks**

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	The Impact of 8 Weeks Training with Resistance Band in a Special Period towards the Improvement of the Legs Power of Taekwondo Athletes	Co-author	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,, 2020, volume 1, , 978-989-758457-2	<a href="https://www.scitepress.org/Papers/2019/92125/92125.pdf">https://www.scitepress.org/Papers/2019/92125/92125.pdf</a>
2	The Effectiveness of Soft Tissue Release for Healing Lower Limb Injury	Co-author	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,, 2020, volume 1, , 978-989-758-457-2 <a href="https://www.scitepre">https://www.scitepre</a>	<a href="https://www.scitepress.org/Papers/2019/97973/97973.pdf">https://www.scitepress.org/Papers/2019/97973/97973.pdf</a>
3	The Effectiveness of Fitness Massage After Physical Activity and Sport Massage of Lower Extremities in Improving Range of Motion and Joint Function Scale of Futsal Athletes	Co-author	Interdisciplinary Approach in Sports in conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021), 2022, volume 43, , 24685739	<a href="https://www.atlantipress.com/article/125969136.pdf">https://www.atlantipress.com/article/125969136.pdf</a>

**Buku**

No	Judul Buku	Tahun Penerbitan	ISBN	Penerbit	URL (jika ada)
1	Buku Saku Anti-Doping: (Panduan bagi Atlet, Pelatih dan Praktisi Olahraga untuk Mencegah Doping)	2021	978-6237550-82-2	CV-Mine	

**Perolehan KI**

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

**Riwayat penelitian didanai Kemendikbud/DIPA UNY (2018-2022)**

No	Judul	Tahun	Dana Disetujui (Rp)
1	Pengembangan Model Stretching PNF dan Cryotherapy Dalam Pencegahan <i>Delayed Onset Muscle Soreness</i> (DOMS) (ketua)	2018	25.000.000
2	Uji Efektivitas Latihan Yoga Pada Penanganan Nyeri Punggung Bawah (anggota)	2019	25.000.000
3	Study of Physical Activity during Pandemic Coronavirus Disease (Covid-19) in Indonesia & Malaysia (anggota)	2020	25.000.000
4	Uji Validitas dan Reliabilitas Immune Status Questionnaire Serta Uji Efektivitas Self-Massage Terhadap Imunitas di Era Covid-19 (Anggota)	2021	25.000.000

**Riwayat pengabdian kepada masyarakat (2018-2022)**

No	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2018	Pelatihan Pencegahan dan Penanganan Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS) Pada Atlet Pelatda DIY (Ketua)	DIPA UNY	6.000.000
2	2019	Pemberdayaan Kader Posyandu melalui Metode Three Level Marketing Menuju Lansia Sehat dan Mandiri (Ketua)	DIPA UNY	10.000.000
3	2020	Penyuluhan Pola Hidup Sehat melalui Olahraga dan Asupan Gizi untuk Meningkatkan Imun Tubuh Menghadapi COVID-19 di Desa Wedomartani (anggota)	DIPA Pascasarjana UNY	
4	2021	Pelatihan Metoda Masase Kebugaran Pasca Aktivitas Fisik Untuk MGMP Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Olahraga di Sleman Yogyakarta (Anggota)	DIPA FIK UNY	4.500.000
5	2021	Pelatihan Pengelolaan Gizi dan Pencegahan Doping Pada Pelatih dan Atlet Pustlatda DIY (Ketua)	DIPA UNY	10.000.000

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak- sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima risikonya.

Yogyakarta, 3 Juni 2022

Dr.dr. Rachmah Laksmi A, M.Kes.  
NIP 19710128 200003 2 001

## BIODATA PENGUSUL

Nama	DR, Farida Mulyaningsih, M.Kes
NIDN/NIDK	0014076306
Pangkat/Jabatan	Penata Tingkat I/Lektor Kepala
E-mail	<a href="mailto:farida_m@uny.ac.id">farida_m@uny.ac.id</a>
ID Sinta	14071963
H-Index	0

### Publikasi di Jurnal Internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	A Rhythmic Activity Learning Model Based on Javanese Traditional Dance to Improve Rhythmic Skill	First-author	International Journal of Human Movement and Sports Sciences Scopus Q 3, Sjr<0,5	
2	The effect of linear loading circuit training on physical fitness	Co-author	International terindeks pada Scimagojr dan scopus	

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

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1.	Analisis Senam Angguk di Kabupaten Kulonprogo Daerah Istimewa Yogyakarta	Co-author	Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 2016	
2	Denyut Jantung Latihan Peserta Senam Angguk yang Dilakukan Secara Rutin di Kabupaten Kulonprogo DIY	Co-author	Jurnal ISSA Jurnal Ilmiah Keolahragaan, 2017	

### Prosiding seminar/konferensi internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Hambatan dalam Pembelajaran Senam	Co-author	Prosiding International	

### Buku

No	Judul Buku	Tahun Penerbitan	ISBN	Penerbit	URL (jika ada)
1	Metode Pembelajaran Aktivitas Ritmik Berbasis Tari Angguk (ARBETA)	2022			

	Bagi Peserta Didik Sekolah Dasar				

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima risikonya.

Yogyakarta, 26 Mei 2023

Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes  
NIP. 19630714 198812 2 001

**LAMPIRAN 2. SURAT PERNYATAAN DARI MITRA (JIKA ADA)**