

PPM BERBASIS HASIL PENELITIAN

USULAN PROGRAM PPM



**JUDUL:
PELATIHAN METODE MASASE KESEHATAN SEBAGAI SARANA
PENINGKATAN PRODUKTIVITAS KERJA**

Diusulkan Oleh:

**Drs. Sumarjo, M.Kes./NIP. 19631217 199001 1 002
Dr. Sigit Nugroho, S.Or., M.Or/NIP. 19800924 200604 1 001
Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or/NIP. 19820522 200912 1 006
Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or./NIP. 19821129 201504 1 001
Prisma Arumsari/ NIM 18603141010
Fajar Hamzah/ NIM 18603141014**

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2020**

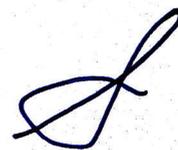
HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL PPM BERBASIS HASIL PENELITIAN
UNIVERSITAS (LPPM)
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

1. Judul : PELATIHAN METODE MASASE KESEHATAN SEBAGAI SARANA PENINGKATAN PRODUKTIVITAS KERJA
2. Ketua Pelaksana :
 - a. Nama Lengkap dengan Gelar : Drs. Sumarjo, M.Kes.
 - b. N I P : 19631217 199001 1 002
 - c. Pangkat / Golongan : IV/c, Pembina Utama Muda
 - d. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala
 - e. Fakultas / Jurusan : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Ilmu Keolahragaan - S1
 - f. Bidang Keahlian : Kesehatan Masyarakat
 - g. Alamat Rumah : Sepaten, Blok 3, Kranggan, Galur Kulon Progo, DIY
 - h. No. Telp. Rumah/ HP : +628122594938
3. Personalia :
 - a. Jumlah Anggota Pelaksana: 3 orang
 - b. Jumlah Pembantu Pelaksana : 1 orang
 - c. Jumlah Mahasiswa : 2 orang
4. Jangka Waktu Penelitian : 6.10 bulan
5. Bentuk Kegiatan : Pelatihan
6. Sifat Kegiatan :
7. Anggaran Biaya yang Diusulkan :
 - a. Sumber dari DANA DIPA : Rp. 10.000.000,00
UNY 2020 - UNIV
 - b. Sumber Lain (.....) : Rp.
 - Jumlah : Rp.

Mengetahui,
Ketua LPPM,

Prof. Dr. Suyanta, M.Si.
NIP 19660508 199203 1 002

Yogyakarta, 4 Mei 2020
Ketua Pelaksana



Drs. Sumarjo, M.Kes.
NIP 19631217 199001 1 002

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Halaman Pengesahan	ii
Daftar Isi	iii
A. Judul	1
B. Analisis Situasi	1
C. Identifikasi dan rumusan masalah	3
D. Tujuan Kegiatan	4
E. Manfaat Kegiatan	4
F. Kerangka Pemecahan Masalah	5
G. Khalayak Sasaran	5
H. Metode Kegiatan	6
I. Rancangan Evaluasi	7
J. Rencana dan Jadwal Kerja	7
K. Organisasi Pelaksanan	8
L. Rencana Anggaran	10
Lampiran 1. Daftar Pustaka	11
Lampiran 2. Daftar Riwayat Hidup	12
Lampiran 3. Gambaran Materi	41
Lampiran 4. Denah Lokasi	43
Lampiran 5. Surat Keterangan Hasil Penelitian	44
Lampiran 6. Surat Pernyataan Kerjasama dari Mitra	46

A. Judul:

PELATIHAN METODE MASASE KESEHATAN SEBAGAI SARANA PENINGKATAN PRODUKTIVITAS KERJA

B. Analisis Situasi

Pembangunan kesehatan merupakan bagian integral dari pembangunan sumber daya manusia (SDM), untuk mencapai pembangunan bangsa yang maju, mandiri serta sejahtera lahir dan batin. Pembangunan SDM mulai dari kandungan bahkan jauh sebelumnya dengan memperhatikan tingkat kesejahteraan para calon ibu kemudian bayi, anak balita, usia prasekolah dan usia sekolah, pemuda, usia produktif sampai usia lanjut. Usaha untuk meningkatkan kesehatan masyarakat menjadi program utama dalam rangka peningkatan kualitas hidup keluarga melalui pendidikan masyarakat. Dalam kaitan ini peran keluarga dan sekolah menjadi penting, sebagai perwujudan cita-cita yang dirumuskan dalam tujuan pembangunan nasional. Perwujudan generasi yang berkualitas untuk pembangunan bangsa dan negara termasuk untuk para penyandang disabilitas.

Para penyandang disabilitas kerap kali terisolir secara sosial dan menghadapi diskriminasi dalam akses atas kesehatan, layanan pendidikan dan pekerjaan. Persepsi masyarakat terhadap penyandang disabilitas yang sudah tertanam berabad-abad sulit dihilangkan begitu saja. Misalnya, mahasiswa disabilitas ada yang ditolak untuk tinggal dalam satu rumah kost, karena pemiliknya menganggap keberadaan penyandang disabilitas akan mendatangkan musibah bagi usahanya. Dalam menggunakan transportasi udara dengan pesawat terbang komersial, penyandang disabilitas harus menandatangani pernyataan sakit sehingga tidak ditanggung asuransinya. Data WHO (2005), sekitar 10 persen atau kurang lebih 24 juta dari jumlah total penduduk Indonesia merupakan masyarakat yang memiliki kemampuan terbatas dan mengalami fenomena permasalahan yang hampir sama berkaitan dengan hak terhadap penyediaan ruang-ruang publik yang

tidak menjangkau dan belum bisa melayani kebutuhan spesifik aktivitas mereka (Deswanto, 2004).

Upaya peningkatan produktivitas kerja kaum disabilitas sudah diupayakan oleh Pemerintah Indonesia melalui pemberian berbagai keterampilan. Misalnya program di Balai Rehabilitasi Penyandang Tuna Daksa, para penyandang tuna daksa dilatih untuk memiliki bermacam keterampilan. Keterampilan yang diberikan bagi tuna daksa selama ini belum ada yang berupa pelatihan masase. Pelatihan masase hanya diberikan bagi penyandang disabilitas tuna netra. Rudenko R.; Mahliovanyy A.; Shyyan O.; and Prystupa T (2017) menyatakan bahwa rehabilitasi fisik penyandang cacat dengan masase dapat mendorong pengembangan mekanisme kompensasi, mengembalikan dan meningkatkan kemampuan tindakan manipulatif, memperbaiki kondisi patologis yang terkait dengan penyakit yang mendasarinya dan yang terkait. Sarana Rehabilitasi fisik meningkatkan penerapan proses termoregulasi, merangsang kerja pembuluh perifer, meningkatkan metabolisme, dan memperbaiki aliran darah regional sehingga produktivitas kerja dapat diperbaiki.

Produktivitas sendiri merupakan suatu kemampuan untuk menghasilkan sesuatu. Produktivitas adalah perbandingan hasil yang dicapai dengan peran tenaga kerja per satuan waktu (Riyanto, 2006). Produktivitas pendapatnya Hasibuan (2009) merupakan perbandingan antara hasil (*output*) dengan masukan (*input*). Tingkat produktivitas yang tinggi dapat dicapai dengan beberapa faktor pendukung terbentuknya produktivitas untuk kaum disabilitas. Faktor pendukung tersebut diantaranya: Pendidikan, keterampilan, sikap dan etika kerja, tingkat penghasilan, jaminan sosial, tingkat sosial dan iklim kerja, motivasi, gizi dan kesehatan, hubungan individu, teknologi, dan produksi. Produktivitas dapat ditingkatkan dengan mengikuti pelatihan. Pelatihan memberikan sikap yang lebih baik setelah mengikuti program pelatihan (Maclaren, J.E; Lindsey L.C; Kevin T. L; and Elisabeth, 2008). Terapi pijat memberi manfaat kepada disabilitas dengan memperbaiki keadaan pola pikir dalam jangka pendek dan perilaku dalam jangka panjang (Khilnani S.; Field, T.; Maria H.R.; and Schanberg S, 2003)

Untuk mengatasi hal tersebut di atas, telah dilakukan penelitian yang menghasilkan suatu metode masase kesehatan dengan teknik yang sudah disesuaikan dengan kemampuan disabilitas tuna daksa baik dalam posisi duduk, terlentang dan tengkurap. Diharapkan dengan dibuatnya metode masase kesehatan penyandang disabilitas memiliki kualitas hidup yang lebih layak dan dapat menghilangkan persepsi bahwa kaum disabilitas hanya akan menjadi beban hidup bagi masyarakat dengan meminta-minta di beberapa tempat. Pemberian keterampilan bagi kaum disabilitas merupakan pemenuhan kebutuhan yang sesuai dengan kebutuhan berdasarkan potensi yang dimiliki dan dapat lebih ditingkatkan menuju kemandirian.

Untuk dapat menggunakan metode masase kesehatan yang telah dikembangkan, perlu dilakukan suatu pelatihan kepada para penyandang disabilitas sehingga semua metode yang ada dapat dimanfaatkan semaksimal mungkin untuk meningkatkan produktivitas kerja yang berkualitas.

C. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Berikut ini merupakan beberapa masalah yang bisa diidentifikasi berdasarkan analisis situasi:

1. Usaha untuk meningkatkan kesehatan masyarakat belum menjadi prioritas dalam pendidikan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas hidup.
2. Penyandang disabilitas sering terisolir secara sosial dan menghadapi diskriminasi dalam akses atas kesehatan, layanan pendidikan dan pekerjaan.
3. Anggapan masyarakat keberadaan penyandang disabilitas akan mendatangkan musibah, masalah dan beban.
4. Pelatihan masase hanya diberikan bagi penyandang disabilitas tuna netra.
5. Belum pernah dilaksanakan peklatihan masase bagi tuna daksa untuk meningkatkan produktivitas kerja.

Sedangkan permasalahan yang akan diselesaikan dalam pengabdian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana mensosialisasikan metode masase kesehatan kepada pihak yang terkait?
2. Bagaimana cara penerapan pelatihan metode masase kesehatan untuk meningkatkan produktivitas kerja bagi penyandang tuna daksa?

D. Tujuan Kegiatan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan diadakan pengabdian ini meliputi:

1. Mensosialisasikan metode masase kesehatan dengan teknik yang sudah disesuaikan dengan kemampuan disabilitas tuna daksa baik dalam posisi duduk, terlentang dan tengkurap.
2. Memberikan pelatihan tentang bagaimana menerapkan metode masase kesehatan kepada tuna daksa supaya produktivitas kerjanya dapat ditingkatkan.

E. Manfaat Kegiatan

Pengabdian yang akan dilaksanakan ini memiliki manfaat diantaranya sebagai berikut:

1. Aspek Pendidikan

Sebagai gambaran bagi dunia pendidikan untuk memperoleh berbagai macam teknik masase kesehatan yang disesuaikan untuk penyandang disabilitas.

2. Aspek Sosial

Adanya nilai kebersamaan dalam pelatihan alternatif sehingga bisa meningkatkan motivasi, pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang senang dan nyaman bagi penyandang disabilitas.

3. Aspek SDM

Sebagai bahan masukan bagi penyandang disabilitas dan instruktur kesehatan untuk memperhatikan bentuk masase yang sesuai dengan berbasis peningkatan produktivitas kerja.

4. Aspek Ekonomi

Sebagai dasar dan masukan bagi balai rehabilitasi untuk menata dan mengembangkan serta meningkatkan keterampilan sehingga tanggungan hidup penyandang disabilitas tidak tergantung oleh pemerintah.

F. Kerangka Pemecahan Masalah

Langkah-langkah untuk menyelesaikan permasalahan adalah sebagai berikut:

1. Melakukan analisis kebutuhan pada penyandang disabilitas tuna daksa, pendamping, instruktur, dan pembina disabilitas di Yogyakarta.
2. Menyiapkan modul pelatihan masase kesehatan yang bisa meningkatkan produktivitas kerja.
3. Menghubungi khalayak sasaran untuk melakukan koordinasi peserta dan waktu pelaksanaan kegiatan.
4. Pelaksanaan kegiatan, meliputi pelatihan dan pendampingan dalam melaksanakan masase kesehatan sebagai implementasinya.
5. Melakukan evaluasi penguasaan materi dan praktik mengenai materi pelatihan.
6. Melakukan umpan balik terhadap pelaksanaan kegiatan pelatihan dari peserta.
7. Memberikan kesempatan berkonsultasi dan pembimbingan.
8. Melakukan pendampingan tanya jawab/dialog di luar waktu pelatihan baik sebelum maupun sesudah pelaksanaan kegiatan.

G. Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran dari kegiatan ini secara langsung adalah para disabilitas tuna daksa, pendamping, instruktur, dan pembina disabilitas yang ada di Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas (BRTPD) di

Kecamatan Pundong, Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. Jumlah peserta yang dibiayai adalah maksimal 24 orang. Peserta ke-25 dan seterusnya diwajibkan untuk membayar biaya pelatihan. Sedangkan efek domino yang diharapkan dari kegiatan ini adalah 1) peserta dapat menularkan pengetahuan yang diterima kepada kawan yang lain, dan 2) terciptanya metode masase kesehatan untuk penyandang tuna daksa di Yogyakarta.

H. Metode Kegiatan

Metode kegiatan yang diterapkan dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dipirinci sesuai tabel berikut:

No	Materi	Metode Kegiatan
1.	<i>Pretest</i> (pengukuran lebar telapak tangan dan kekuatan tekanan ibu jari dan mengisi kuisisioner produktivitas kerja)	tes individu
2.	Pengantar tentang metode masase kesehatan dan cara meningkatkan produktivitas kerja	ceramah, diskusi
3.	Demonstrasi urutan dan teknik yang digunakan dalam masase kesehatan	tutorial, praktik
4.	Pembagian kelompok secara berpasang-pasangan sesuai jenis kelamin	tutorial, praktik
5.	Pelaksanaan pelatihan metode masase kesehatan dengan posisi telungkup	tutorial, praktik
6.	Pelaksanaan pelatihan metode masase kesehatan dengan posisi terlentang	tutorial, praktik
7.	Pelaksanaan pelatihan metode masase kesehatan dengan posisi duduk	tutorial, praktik
8.	Perekaman audio video secara sederhana	ceramah, tutorial,
9.	Monitoring dan evaluasi pelatihan	tutorial, praktik
10.	Review materi	diskusi, tanya jawab
11.	<i>Postest</i>	tes individu
12.	Pendampingan bagi yang memerlukan konsultasi	diskusi, tanya jawab

I. Rancangan Evaluasi

Evaluasi yang akan dilakukan terkait dengan kegiatan ini terdiri dari dua macam, yaitu:

1. Evaluasi di awal kegiatan (*Pretest*)

Pretest diberikan kepada para peserta untuk mengetahui kemampuan awal, yang berkaitan dengan pengukuran lebar telapak tangan, kekuatan tekanan ibu jari dan pengisian angket produktivitas kerja. Hasil evaluasi digunakan untuk mengetahui kemampuan awal yang digunakan sebagai dasar dalam pembagian kelompok.

2. Evaluasi di akhir kegiatan (*Posttest*)

Untuk evaluasi di akhir kegiatan, dilakukan untuk mengetahui kemampuan dan ketrampilan peserta selama pelatihan. Evaluasi ini terdiri dari dua macam, yaitu evaluasi disisi angket produktivitas kerja dan evaluasi tentang pengetahuan metode masase kesehatan yang telah didapat. Indikator keberhasilan dari kegiatan ini ditandai dengan:

- a. Peserta pelatihan mempunyai pemahaman yang baik tentang metode masase kesehatan.
- b. Peserta pelatihan mampu mempraktikan metode masase kesehatan dari posisi telungkup, terlentang dan posisi duduk dengan teknik yang benar.
- c. Peserta pelatihan memiliki peningkatan produktivitas kerja setelah melakukan metode masase kesehatan.

J. Rencana dan Jadwal Kerja

Pelaksanaan program pengabdian ini dilaksanakan di Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas (BRTPD) di Kecamatan Pundong, Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. Secara keseluruhan kegiatan PPM akan dilaksanakan selama 6 bulan dengan perincian kegiatan sebagai berikut :

No	Kegiatan	Bulan ke-					
		1	2	3	4	5	6
1.	Survey sasaran, persiapan proposal,	■					
2.	Persiapan alat dan perlengkapan	■					
3.	Persiapan materi dan media		■	■	■	■	
4.	Pelaksanaan kegiatan pelatihan					■	
5.	Tes Awal					■	
6.	Materi Produktivitas Kerja					■	
7.	Materi Metode Masase Kesehatan telungkup					■	
8.	Materi Metode Masase Kesehatan terlentang					■	
9.	Materi Metode Masase Kesehatan duduk					■	
10.	Review Singkat						■
11.	Evaluasi Kemampuan dan Keterampilan						■
12.	Penyusunan dan Penyerahan Laporan						■

K. Organisasi Pelaksana

1. Ketua Tim Pelaksana

- a. Nama dan Gelar Akademik : Drs. Sumarjo, M.Kes
- b. NIP : 19631217 199001 1 002
- c. Pangkat/Golongan : Pembina Utama Muda/IVc
- d. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala
- e. Bidang Keahlian : Olahraga Kesehatan
- f. Fakultas/Program Studi : FIK/Ikor
- g. Waktu yang disediakan : 8 jam/minggu

2. Anggota 1

- a. Nama dan Gelar Akademik : Dr. Sigit Nugroho, M.Or
- b. NIP : 19800924 200604 1 001
- c. Pangkat/Golongan : Pembina /IVa
- d. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala
- e. Bidang Keahlian : Kinesiologi Adaptif
- f. Fakultas/Program Studi : FIK/Ikor
- g. Waktu yang disediakan : 4 jam/minggu

3. Anggota 2

- a. Nama dan Gelar Akademik : Aris Fajar Pambudi, M.Or
- b. NIP : 19820522 200912 1 006
- c. Pangkat/Golongan : Penata tingkat I /IIId
- d. Jabatan Fungsional : Lektor
- e. Bidang Keahlian : Tes dan Pengukuran Olahraga
- f. Fakultas/Program Studi : FIK/PJKR
- g. Waktu yang disediakan : 4 jam/minggu

4. Anggota 3

- a. Nama dan Gelar Akademik : Riky Dwihandaka, M.Or
- b. NIP : 19821129 201504 1 001
- c. Pangkat/Golongan : Penata Muda tingkat I /IIIb
- d. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
- e. Bidang Keahlian : Perkembangan Motorik
- f. Fakultas/Program Studi : FIK/PGSD Penjas
- g. Waktu yang disediakan : 4 jam/minggu

5. Mahasiswa 1

- a. Nama : Prisma Arumsari
- b. NIM : 18603141010
- c. Fakultas/Jurusan/Prodi : FIK/ PKR/ Ikor
- d. Tugas dalam PPM : Pembantu Pelaksana
- e. Waktu yang disediakan : 2 jam/minggu

6. Mahasiswa 2

- a. Nama : Fajar Hamzah
- b. NIM : 18603141014
- c. Fakultas/Jurusan/Prodi : FIK/ PKR/ Ikor
- d. Tugas dalam PPM : Pembantu Pelaksana
- e. Waktu yang disediakan : 2 jam/minggu

L. Rencana Anggaran

Rencana anggaran belanja yang akan digunakan dalam kegiatan pengabdian ini sebesar Rp 10.000.000,- yang sebagian besar digunakan untuk biaya peralatan dan bahan habis pakai (70%), perjalanan (20%), dan pelaporan (10%). Perincian biaya dapat dilihat pada tabel berikut :

No	Uraian	Perincian	Satuan (Rp)	Jumlah (Rp)
1.	Peralatan dan bahan habis pakai <ul style="list-style-type: none">• Konsumsi rapat pra survei (2x)• Konsumsi rapat stlh survei• Pembuatan proposal• Pembuatan Modul• Snack PPM• Konsumsi Makan PPM• Alat tulis• Biaya komunikasi• Handbody• Pembuatan angket• Air Mineral 600 ml	2 x 4 orang 1 x 4 orang 1 1 4 hr x 30 peserta 4 hr x 30 peserta 40 set 6 orang 30 set 1 8 karton	30.000 30.000 140.000 500.000 10.000 20.000 10.000 100.000 25.000 250.000 50.000	240.000 120.000 140.000 500.000 1.200.000 2.400.000 400.000 600.000 750.000 250.000 400.000
Jumlah 1 (70%)				7.000.000
2.	Perjalanan : <ul style="list-style-type: none">• Transport Survei pendahuluan• Transportasi pelaksanaan PPM	4 orang 4 hr x 4 org	100.000 100.000	400.000 1.600.000
Jumlah 2 (20%)				2.000.000
3.	Pelaporan : <ul style="list-style-type: none">• Penggandaan modul• Pengadaan angket• Penggandaan laporan	30 set 30 set 5 set	20.000 10.000 30.000	600.000 300.000 100.000
Jumlah 3 (10%)				1.000.000
J u m l a h T o t a l:				10.000.000

Lampiran 1. Daftar Pustaka

- Deswanto K. (2004). *Studi Persepsi Masyarakat terhadap Tingkat Kepentingan Penyediaan Ruang Terbuka Publik (RTP) yang Aksesibel Bagi Masyarakat Difabel (Studi Kasus : Alun-Alun Utara Solo)*. Universitas Diponegoro. Semarang.
- Hasibuan, M.S.P. (2009). *Organisasi dan Motivasi, Dasar Peningkatan Produktivitas*. Jakarta: Bumi Aksara Putra
- Khilnani S.; Field, T.; Maria H.R.; and Schanberg S (2003). *Massage Therapy Improves Mood and Behavior of Students with Attention-Deficit/hyperactivity Disorder. ADOLESCENCE*, Vol. 38, No. 152, Winter 2003. Libra Publishers, Inc., 3089C Clairemont Dr., PMB 383, San Diego, CA 92117, via Proquest Diunduh Jumat 9 Juni 2017.
- Maclaren, J.E; Lindsey L.C; Kevin T. L; and Elisabeth (2008). *Training Nursing Students In Evidence-Based Techniques for Cognitive-Behavioral Pediatric Pain Management*. Journal of Nursing Education, Agustus 2008, Vol. 47 No. 8, Diakses via Proquest 8 Juni 2017.
- Riyanto, J. (2006). *Produktivitas dan Tenaga Kerja*. SIUP, Jakarta.
- Rudenko R.; Mahliovanyy A.; Shyyan O.; and Prystupa T (2017). *Physical Rehabilitation and Thermoregulatory Processes in Athletes with Disabilities*. *Journal of Physical Education and Sport*; p 730- 735.

Lampiran 2 Riwayat Hidup

Daftar Riwayat Hidup Ketua Tim

A. Identitas Diri :

Nama : Drs.Sumarjo, M.Kes.
NIP : 19631217 199001 1 002
Tempat dan Tanggal Lahir : Kulon Progo, 17 Desember 1963
Jenis Kelamin : Laki-laki
Status Perkawinan : Kawin
Agama : Islam
Golongan / Pangkat : IVc/Pembina Utama Muda
Jabatan Fungsional Akademik : Lektor Kepala 550
Jursan/Prodi/Fakultas : PKR/Ikor/Fakultas Ilmu Keolahragaan
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Kantor : Jln. Kolombo No. 1 Yogyakarta
Telp./Faks : (0274) 513092
Alamat Rumah : Sepaten, Kranggan, Galur, Kulon Progo, DIY
Telp./Faks : HP : 08122594938
Alamat e-mail : sumarjo fik @.yahoo.com
: sumarjohan@gmail.com
:sumarjofik@uny.ac.id

B. Riwayat Pendidikan

Tahun Lulus	Jenjang	Perguruan Tinggi	Jurusan/Bidang Studi
1989	S1	IKIP Yogyakarta	Pendidikan Kesehatan & Rekreasi
1995	S2	UGM Yogyakarta	Ilmu Kesehatan Masyarakat

C. Pelatihan Profesional

Tahun	Pelatihan	Penyelenggara
2011	Bimbingan Teknis Peraturan Presiden No. 54 Tahun 2010. Tentang Pengadaan Barang /Jasa	UGM Yogyakarta
2012	Pelatihan dan Workshop Manajemen PT	UNY Yogyakarta
2012	Pembinaan klub Olahraga Sekolah Dasar Tahap Satu	UNY Yogyakarta
2012	Workshop Akuntabilitas Kinerja di UNY	UNY Yogyakarta
2012	Workshop Keolahragaan Nasional : Pemantapan LPTO dalam Implementasi Sistem Keolahragaan Nasional	UNY Yogyakarta
2013	Workshop On Physical Education Curriculum and Pedagogi	UNY Yogyakarta

D. Pengalaman Jabatan

Jabatan	Institusi	Tahun
Staff PD III FPOK	FPOK-IKIP - FIK Universitas Negeri Yogyakarta	1999–2003
Sekretaris Jurusan PKR	FIK Universitas Negeri Yogyakarta	2003–2007
Ketua Jurusan PKR	FIK Universitas Negeri Yogyakarta	2008–2011
Wakil Dekan II	FIK Universitas Negeri Yogyakarta	2011-2015
Pelaksana Tugas Dekan	FIK Universitas Negeri Yogyakarta	14 September – 10 November 2013

E. Pengalaman Mengajar

Mata Kuliah	Jenjang	Institusi/Jurusan/Program	Tahun
Dasar Gerak Softball	S1	UNY / FIK / PJKR,PKO,IKORA	2002-2011
Pend.Kesh.Sekolah	S1	UNY /FIK / PJKR,PGSD	2002-2013
Aktivitas Luar Sekolah	S1	UNY/FIK/PJKR,PKS	2011-2013
Ilmu Kesehatan dan Kesehatan Mental	S1	UNY/FIK/IKORA	2011-2013
Ilmu Kesehatan Masyarakat	S1	UNY/FIK/IKORA	2011-2013
Manajemen Olahraga	S1	UNY/FIK/IKORA	2011-2013
Keuangan Dalam Olahraga	S1	UNY/FIK/IKORA	2011-2013
Praktik Kerja Lapangan	S1	UNY/FIK/IKORA	2011-2013
Kuliah Kerja Lapangan	S1	UNY/FIK/IKORA	2011-2013
Kesehatan Olahraga	S1	UNY/FIK/PJKR	2012-2013
Pendidikan Kesehatan Sekolah Dasar	S1	UNY/FIK/PGSD Penjas	2011-2013

F. Pengalaman Penelitian

Tahun	Judul Penelitian	Jabatan	Sumber dana
2009	Mapping dan peluang kerja lulusan Prodi Ikora serta Kerjasama dengan instansi terkait	Ketua	FIK UNY
2010	<i>Tracer Study</i> Lulusan Prpodi Ikora FIK UNY	Ketua	FIK UNY
2011	Hubungan Status Gizi dan Pola Hidup Sehat Guru Penjasorkes	Ketua	FIK UNY
2011	Hubungan antara Konsep Diri dan Perilaku Belajar dengan Pencapaian Prestasi Akademik	Anggota	FIK UNY

	Mahasiswa Ikora FIK UNY		
2011	Peluang Pengembangan dan Kerjasama Jurusan PKR dengan Kementerian Kesehatan RI	Anggota	FIK UNY
2012	Evaluasi Penerapan Sistem Manajemen Mutu Berbasis ISO 9001:2008 di FIK UNY	Anggota	FIK UNY

G. Karya Tulis Ilmiah

1. Buku/Jurnal

Tahun	Judul	Penerbit/Jurnal
2010	<i>Approaches to Health Education</i>	<i>Proceding Seminar Internasional Olahraga UNY Yogyakarta</i>
2011	Profil Mahasiswa FIK UNY Terhadap Implementasi Visi UNY (Cendekia, Mandiri dan Bernurani)	<i>Proceding Seminar Nasional dan Sarasehan Keolahragaan Indonesia 2011.FIK-UNIMA Manado</i>
2011	Pemetaan peluang kerjasama institusional Program Studi Ilmu Keolahragaan dengan Institusi terkait.	<i>Proceding Seminar Internasional Olahraga UNY Yogyakarta</i>
2011	<i>The Effeccets Of Family Standart And Housewife Domicile Towoard Environmental Health Guidance</i>	<i>Proceding International : Selamatkan Umat dan Bangsa dari Berbagai Krisis Univ. Muh. Magelang</i>
2013	Identifikasi dan Evaluasi Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pendidikan Kesehatan Dalam Pembelajaran Penjasorkes Kurikulum 2013	<i>Proseding Seminar Nasional Olahraga Penjasorkes Dalam Kurikulum 2013</i>
2013	Status Gizi dan Pola Hidup Sehat Guru Penjasorkes Sekolah Dasar	Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga MEDIKORA

2. Makalah/Poster

Tahun	Judul	Penerbit/Jurnal
2011	Pengembangan Prodi Berbasis IPTEK Keolahragaan	UNIMA Manado
2013	Identifikasi dan Evaluasi Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pendidikan Kesehatan Dalam Pembelajaran Penjasorkes Kurikulum 2013	PPS UNY

3. Penyunting/Editor/Reviewer/Resensi

Tahun	Judul	Penerbit/Jurnal
2010	Konsumsi Protein untuk Peningkatan Prestasi	Medikora Vol.II.No.2 Oktober 2006 ISSN 02169940
2010	Latihan Aerobic Yang Aman Bagi Penderita Hipertensi	Medikora Vol.IV No.1 April 2008 ISSN 02169940
2010	Pengaturan Gizi Seimbang Bagi Penderita Hipertensi	Medikora Vol.V No. 1 April 2009 ISSN 02169940
2010	<i>The Sport Facilities Management In The Sport Industry</i>	<i>Proceding “The Development on Sport Industry:Promoting Marketing Strategy”</i> ISBN 978-979-1278-05-1

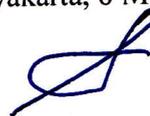
H. Peserta Konferensi,Seminar dan Simposium

Tahun	Judul Kegiatan	Penyelenggara
2010	Semnas Kebijakan dan Pengembangan Olahraga yang Visioner	Kemenegpora
2011	Penyelamatan Ummat dari Berbagai Krisis	Univ Muh. Magelang
2011	Peserta : <i>Seminar For the Participant of the 4th Annual Malaysia Indonesia Varsity Game</i>	Indonesia
2011	Temu Ilmiah IPTEK Keolahragaan	UNIMA Manado
2012	Peserta Pelatihan dan Workshop Manajemen PT UNY	UNY
2012	Peserta Seminar Nasional: Implementasi Pendidikan Karakter dalam Membangun Bangsa	Dies UNY ke 48 UNY
2012	Workshop Akuntabilitas Kinerja	UNY
2012	Workshop Peengembangan UNY melalui Dana IDB	UNY
2013	Workshop Penyusunan Instrumen Evaluasi Pemahaman Sivitas Akademika thp Tata pamong, Kepemimpinan,Sistem Pengelolaan dan Penjaminan Mutu UNY	LPPMP UNY

I. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tahun	Judul Kegiatan
2011	<i>Health Coordinator Annual Malaysia-Indonesia Versity Games</i>
2011	Tester Tes Kebugaran Jasmani Dosen Karyawan UNY (Dies UNY ke 47)
2011	Penanggung jawab lokasi tes SNMPTN
2011	Penyuluhan Pendidikan Kesehatan dan Gizi Bagi kader Kesehatan di Wilayah Kota Yogyakarta
2012	Gelar Senam massal Kerja sama dengan Yayasan Jantung Sehat dan PT ASKES
2013	Sosialisasi Permainan <i>Gateball</i> bagi Guru Penjasorkes di Kecamatan Nanggulan, Kulon Progo
2014	Pelatihan Wasit dan Persamaan Persepsi Tentang Peraturan <i>Gateball</i> Tahun 2014 Bagi Anggota <i>Gateball</i> Se-DIY dan Jawa Tengah
2015	Implementasi Olahraga Kontemporer Bagi Anak Berkebutuhan Khusus di Kabupaten Bantul
2016	Tingkat Kebugaran Serta Gambaran Tinggi Badan, Berat Badan, Indeks Masa Tubuh (IMT) Lingkar Pinggang, dan Lingkar Panggul Bagi Karyawan Dinas Kesehatan Propinsi DIY Melalui Tes Kebugaran Jantung Paru Dengan Metode Rockport
2018	Pemanfaatan laboratorium prestasi sebagai upaya untuk mengetahui kesehatan dan kondisi fisik member Fitness center FIK UNY
2019	Memotivasi Pegawai Pengelola Fasilitas Olahraga Dengan Manajemen Sdm Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Prestasi Kerja

Yogyakarta, 8 Mei 2020



Drs. Sumarjo, M.Kes
NIP. 19631217 199001 1 002

Daftar Riwayat Hidup Anggota Tim 1

IDENTITAS DIRI

Nama : Dr. Sigit Nugroho, S.Or., M.Or.
NIP/NIK : 19800924 200604 1 001
Tempat dan Tanggal Lahir : Klaten, 24 September 1980
Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
Status Perkawinan : Kawin Belum Kawin Duda/Janda
Agama : Islam
Golongan / Pangkat : IVa / Pembina
Jabatan Fungsional Akademik : Lektor Kepala 4.23
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat : Jalan Kolombo No. 1 Yogyakarta
Telp./Faks : 0274 513092
Alamat Rumah : Mergangsan Kidul MG.2/1367 Yogyakarta
Telp./Faks : HP : 08122755287
Alamat e-mail : sigit.nugroho@uny.ac.id

RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI

Tahun Lulus	Jenjang	Perguruan Tinggi	Jurusan/Bidang Studi
2004	Sarjana (S1)	Universitas Negeri Yogyakarta	Ilmu Keolahragaan
2009	Magister (S2)	Universitas Negeri Yogyakarta	Ilmu Keolahragaan
2016	Doktor (S3)	Universitas Negeri Surabaya	Ilmu Keolahragaan

PELATIHAN PROFESIONAL

Tahun	Jenis Pelatihan	Penyelenggara	Jangka Waktu
2006	Pelatihan Program Peningkatan Keterampilan Dasar Teknik Instruksional (PEKERTI)	P3AI UNY	8 Agustus s.d. 23 Nopember 2006
2006	Pendidikan dan Pelatihan Prajabatan Golongan. III Tenaga Akademik	PUSDIKLAT DEPDIKNAS	3 – 17 September 2006
2007	Pelatihan Multimedia Pembelajaran	P3AI UNY	24 – 25 Mei 2007
2008	Pelatihan Lesson Study bagi Dosen UNY	FMIPA UNY	7 - 8 Januari 2008
2008	Workshop Aplikasi Pembelajaran Berbasis E-Learning FIK UNY	FIK UNY	28 Maret 2008
2008	Pelatihan Applied Approach (AA) Bagi dosen UNY	P3AI UNY	14 – 18 April 2008
2008	Pelatihan Multimedia Pembelajaran bagi dosen UNY	P3AI UNY	29 - 30 Mei 2008

2008	Pelatihan Penyusunan Proposal Hibah Kompetensi	LEMLIT UNY	20 November 2008
2009	Training of Trainer (TOT) Soft Skills Entrepreneurship	Kemahasiswaan UNY	12-14 Juni 2009
2009	Orientasi Pengembangan Pembimbing Kemahasiswaan (OPPEK) UNY	Kemahasiswaan UNY	23 – 25 Oktober 2009
2010	Pelatihan Metodologi Penelitian (Penelitian Tindakan, Penelitian dan Pengembangan, dan Penelitian Evaluasi)	Lemlit UNY	26-27 Oktober 2010
2011	Workshop Pembimbing Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) UNY	Kemahasiswaan UNY	1 Maret 2011
2011	Training of Trainer (TOT) Proyek YEP Pengemabngan Model Olahraga Untuk Anak Cacat	UNY, YAKUM dan UCP (Unity Cerebral Palsy)	13-16 April 2011
2011	Workshop Pengembangan Manajemen Indusri Olahraga di Malang	Menpora Deputi Bidang Pembudayaan Olahraga	25 – 27 April 2011
2011	Workshop Pengembangan Peralatan Indusri Olahraga di Semarang	Menpora Deputi Bidang Pembudayaan Olahraga	11-13 Mei 2011
2014	Pelatihan pengelolaan Laboratorium Sport science and Fitnets Center	Unesa	27 Okt-14 Nov 2014

PENGALAMAN MENGAJAR			
Mata Kuliah	Program Pendidikan	Institusi/Jurusan/ Program Studi	Sem/Tahun Akademik
Dasar Gerak Bulutangkis	S I	IKORA PJKR PKO	Gasal/2006/2007 Gasal/2007/2008 Gasal/2008/2009 Genap/2007/2008 Genap/2008/2009 Gasal/2008/2009 Sampai sekarang
Olahraga Pilihan Bulutangkis	D-II SI	PGSD IKORA PJKR	Genap/2006/2007 Genap/2010/2011 Sampai sekarang
Antropologi Olahraga	S I	PKO PJKR IKORA	Gasal/2007/2008 Gasal/2008/2009 Gasal/2010/2011 Gasal/2007/2008 Gasal/2008/2009 Gasal/2009/2010 Gasal/2008/2009
Biomekanika Olahraga	S I	IKORA	Genap/2007/2008
Kinesiologi	S I	IKORA	Genap/2007/2008

	D-II SI D-II ke SI SI	PGSD PGSD PKS PJKR PKO	Genap/2008/2007 Genap/2009/2010 Gasal/2008/2009 Genap/2009/2010 Genap/2010/2011 Gasal/2010/2011 Genap/2009/2010 Genap/2010/2011 Sampai sekarang
Kinesiologi Adaptif	SI	IKORA	Genap/2014/2015 Sampai sekarang
Olahraga Kontemporer	SI	IKORA	Gasal/2010/2011
Industri Olahraga	SI	IKORA	Gasal/2014/2015 Sampai sekarang
Permainan Target	SI	PJKR	Genap/2015/2016 Genap/2016/2017 Genap/2017/2018
Pembinaan Ekstrakurikuler Olahraga	SI	PJKR	Genap/2015/2016 Genap/2016/2017 Genap/2017/2018

PRODUK BAHAN AJAR			
Mata Kuliah	Program Pendidikan	Jenis Bahan Ajar	Sem/Tahun Akademik
Dasar Gerak Bulutangkis	S I	Powerpoint Pedoman Praktik	2006/2007 2007/2008 2008/2009
Olahraga Pilihan Bulutangkis	D-II SI	Powerpoint Pedoman Praktik	2006/2007 2010/2011
Antropologi Olahraga	S I	Powerpoint CD Pembelajaran	2007/2008 2008/2009 2009/2010 2010/2011
Biomekanika Olahraga	S I	Powerpoint	2007/2008
Kinesiologi	S I D-II D-II ke SI	Buku ajar Powerpoint CD Pembelajaran	2007/2008 2008/2009 2009/2010 2010/2011
Olahraga Kontemporer	SI	Powerpoint	2010/2011
Industri Olahraga	SI	Powerpoint Buku	2014/2015
Permainan Target	SI	Powerpoint Penelitian	Genap/2015/2016 Genap/2016/2017 Genap/2017/2018
Pembinaan Ekstrakurikuler Olahraga	SI	Powerpoint	Genap/2015/2016 Genap/2016/2017 Genap/2017/2018

PENGALAMAN PENELITIAN				
NO	Thn	Judul Penelitian	Kedudukan	Sumber dana
1	2006	Sikap Anggota Spa Medica Terhadap Senam Penyembuhan Medica Dalam Mengatasi Stres	Ketua	Mandiri
2	2007	Pengaruh Olahraga Teratur dan Tidak Teratur Terhadap Kerusakan Jaringan	Anggota	DIPA FIK UNY
3	2008	Profil Mahasiswa FIK UNY terhadap Implementasi Visi UNY	Anggota	LEMLIT UNY
4	2008	Pengaruh latihan Isotonis dan Isometris Terhadap kadar gula darah	Anggota	DIPA FIK UNY
5	2008	Model Pembelajaran <i>Lesson Study</i> Untuk Meningkatkan Prestasi Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Pada Perkuliahan Pencegahan Perawatan Cedera (PPC) dan Latihan Beban	Anggota	DIPA UNY
6	2008	Persepsi Dosen Dan Mahasiswa Tentang Optimalisasi Dan Arah Pengembangan Laboratorium Anatomi, Histologi Dan Fisiologi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta FIK UNY	Anggota	DIPA FIK UNY
7	2009	Model <i>Lesson Study</i> Untuk Meningkatkan Prestasi Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Pada Perkuliahan Kinesiologi	Ketua	DIPA FIK UNY
8	2009	Pengaruh Latihan Sirkuit (Circuit Training) Terhadap VO2 Max dan Keterampilan Bulutangkis Mahasiswa PKO FIK UNY	Ketua	Mandiri
9	2009	Pemberdayaan Masyarakat Daerah Aliran Sungai Code Dalam Menanggulangi Dampak Bencana Banjir	Anggota	LEMLIT UNY
10	2009	Peningkatan pembelajaran mata kuliah Anthropologi olahraga melalui lesson study	Ketua	DIPA UNY
11	2010	Pengembangan Model <i>Local Genius</i> Matakuliah Kinesiologi Di Prodi IKORA FIK UNY	Ketua	DIPA FIK UNY
12	2010	<i>Tracer Study</i> Prodi IKORA-Keterkaitan Antara Konsentrasi Keahlian Dengan Dunia Kerja	Anggota	DIPA FIK UNY
13	2011	Keterampilan Bulutangkis Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Ketua	DIPA FIK UNY
14	2011	Pengaruh Latihan Sirkuit Terhadap Kadar Hemoglobin dan Daya Tahan Aerobik Mahasiswa FIK UNY pada Perkuliahan Bulutangkis	Ketua	DIPA FIK UNY
15	2011	Status Kebugaran Dosen dan Karyawan	Anggota	

		Universitas Negeri Yogyakarta		DIPA FIK UNY
16	2012	Penilaian Unjuk Kerja (<i>track record</i>) Pemain Bulutangkis dalam Pertandingan	Ketua	DIPA FIK UNY
17	2012	Implementasi Media Pembelajaran Gerak terhadap Peningkatan Pemahaman Mahasiswa pada Matakuliah Kinesiologi	Anggota	DIPA FIK UNY
18	2012	Penilaian Kepuasan Pelanggan Terhadap Tingkat Pelayanan GOR UNY	Anggota	DIPA FIK UNY
19	2012	Persepsi <i>Stakeholder</i> dan Mahasiswa Terhadap Optimalisasi Konsentrasi Manajemen Olahraga Prodi Ikora FIK UNY	Anggota	BOPTN UNY
20	2014	Penerapan Program Beasiswa Bidikmisi Terhadap Peningkatan Prestasi Mahasiswa FIK UNY	Anggota	DIPA FIK UNY
21	2015	Pengaruh Latihan Sirkuit <i>Trapping</i> dengan Interval 1:1/2, dan 1:1 Terhadap Kemampuan Kekuatan, Kecepatan, dan Kelincahan pada Pemain Bulutangkis Mahasiswa FIK UNY	Ketua	DIPA FIK UNY
22	2015	Persepsi Pegawai Karyawan FIK UNY terhadap Penyediaan Sarana Prasarana bagi Penyandang Difabel	Anggota	DIPA FIK UNY
23	2016	Pengaruh Latihan Sirkuit dengan Interval Istirahat Tetap dan Menurun terhadap Kemampuan VO_2 Maks, <i>Power</i> dan <i>Recovery</i>	Ketua	DIPA UNY
24	2016	Survei Persepsi Ruang Terbuka dan Bangunan Pelayanan Publik bagi Penyandang Difabel di Lingkungan UNY	Anggota	DIPA UNY
25	2016	Pengaruh Latihan Sirkuit dan Sirkuit <i>Trapping</i> dengan Interval Istirahat Tetap dan Menurun Terhadap Kemampuan Kekuatan, Kecepatan, Kelincahan, VO_2 Maks, <i>Power</i> dan <i>Recovery</i>	Ketua	Mandiri
26	2017	Implementasi <i>Lesson Study</i> Perkuliahan Permainan Target untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran dan Mengembangkan Nilai Karakter Mahasiswa.	Ketua	DIPA UNY
27	2017	Presepsi Mahasiswa Terhadap Program Kreativitas Mahasiswa di FIK UNY.	Ketua	DIPA UNY
28	2017	Keefektifan Pemanfaatan dan Arah Pengembangan Laboratorium Prestasi dan Kondisi Fisik FIK UNY.	Anggota	DIPA UNY
29	2017	Pengembangan Sistem Informasi Pertandingan Tenis Meja untuk Meningkatkan Mutu Pertandingan.	Anggota	Ristek Dikti

30	2018	Pengembangan Permainan Triadton (<i>Triples Badminton</i>) dalam Meningkatkan Kesenangan dan Keterampilan Bermain Bulutangkis.	Ketua	DIPA UNY
31	2018	Strategi Pengembangan Industri Olahraga sebagai Penunjang Pariwisata DIY	Anggota	DIPA UNY
32	2018	Potret Penyediaan Sarana Aksesibilitas dan Pembentukan Karakter bagi Penyandang Disabilitas di Lingkungan UNY	Anggota	DIPA UNY
33	2019	Efektifitas Terapi Air dengan Cold Water, Warm Water dan Contras Water Terhadap Gangguan Rasa Nyeri, Kelelahan, dan Daya Tahan Otot Pada Pemain Bulutangkis UNY	Ketua	DIPA UNY
34	2019	Pengembangan Masase Kesehatan untuk Meningkatkan Produktivitas Kerja Bagi Disabilitas Tuna Daksa	Anggota	DIPA UNY
35	2019	Analisis Fungsi Manajemen Gedung Olahraga yang Ada di Wilayah DIY	Anggota	DIPA UNY
36	2019	Pengaruh Latihan Beban dengan Metode Compound Set Terhadap Kekuatan dan Daya Tahan Otot atlet Panahan DIY	Anggota	DIPA UNY

KARYA ILMIAH			
Buku/Bab/Jurnal			
NO	Tahun	Judul	Penerbit/Jurnal
1	2006	Sikap Anggota Spa Medica Terhadap Senam Penyembuhan Medica Dalam Mengatasi Stres	IKORA UNY/MEDIKORA, APRIL 2006
2	2007	Analisis Gerak Melempar dan Menangkap Bola	FIK UNY/MAJORA, APRIL 2007
3	2007	Senam Pernapasan Menurut Sudut Pandang Ilmu Faal Olahraga	IKORA UNY /MEDIKORA, OKTOBER 2007
4	2008	Peran Nutrisi Bagi Olahragawan	IKORA UNY /MEDIKORA, APRIL 2008
5	2008	Ilmu Faal Olahraga dan Permasalahannya	FIK UNY/BUKU, JUNI 2008
6	2008	Kinesiologi Pendidikan Jasmani	FIK UNY/BUKU, JUNI 2008
7	2009	Pengaruh Latihan Sirkuit (circuit raining Terhadap Daya Tahan Aeroik (VO ₂ Max) Mahasiswa PKO FIK UNY	PKO UNY/JORPRES, JANUARI 2009
8	2009	Terapi Pernapasan Pada Penderita Asma	IKORA UNY /MEDIKORA, APRIL 2009
9	2011	Implementasi <i>Lesson Study</i> Pada Perkuliahan Kinesiologi Untuk Meningkatkan Prestasi	LPM UNY /CAKRAWALA PENDIDIKAN (CP), FEBRUARI 2011

		Mahasiswa	
10	2012	Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Mellitus dengan Olahraga	IKORA UNY /MEDIKORA, OKT 2012
11	2013	Olahraga Aerobik sebagai Pencegahan dan Pengobatan Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)	IKORA UNY /MEDIKORA, APRIL 2013
12	2019	Industri Olahraga	UNY Press/ BUKU April 2019

B. Makalah/Poster

No	Tahun	Judul	Penyelenggara
1	2007	Metode Latihan Sirkuit (Circuit Training) dalam Pembinaan Fisik Atlet Bulutangkis	Seminar Nasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
2	2008	Etika dan Moral Pendidikan Jasmani dalam Membentuk Karakter	Seminar Nasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
3	2008	Peningkatan Proses Pembelajaran Olahraga Melalui Lesson Study (LS)	Seminar Nasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
4	2009	The Influence Of Circuit Training On VO2 Max and Badminton Skill of Sport Trainer Education Students of Sport Science Faculty Of Yogyakarta State University	Seminar Internasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang (UNES)
5	2009	The Detraining Effects Of Complete Inactivity	Seminar Internasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
6	2009	Lesson Study To Improving The Quality Of Learning In Kinesiology Lecture	Seminar Internasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
7	2010	Kerjasama dan Pembinaan Olahraga dalam Membangun Karakter dan Mentalitas Bangsa	Seminar Nasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
8	2011	Development Of Model Local Genius In Kinesiology Courses	Seminar Internasional Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
9	2013	Perkembangan Ilmu Gerak dalam Perubahan Kurikulum 2013	Seminar Nasional Pascasarjana UNY
10	2013	Olahraga Sebagai Identitas dan Kemandirian Bangsa	Seminar Nasional Kemahasiswaan UNY
11	2015	Peluang Industri Olahraga dalam Mengembangkan Pariwisata di Indonesia	Seminar Nasional FIK UNY
12	2016	Penilaian Unjuk Kerja (Track Record) Pemain Bulutangkis dalam Pertandingan.	Seminar Nasional Keolahragaan FIK UNY
13	2016	Effect Of Circuit Exercise and	Seminar Internasional Conference Of

		Trapping Circuit with Regular and Decreased Rest Interval Toward The Ability of Strength, Speed, Agility, VO ₂ Max. Power and Recovery.	Sport Science (ICSS) FIK UNESA
14	2017	Implementasi <i>Lesson Study</i> Perkuliahan Permainan Target untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran dan Mengembangkan Nilai Karakter Mahasiswa.	Seminar Nasional Hilirisasi Hasil-Hasil Penelitian dan PPM untuk Kesejahteraan Bangsa. LPPM UNY
15	2018	Effectiveness Of Circuit Training With Constant Break and Decreased Intervals On VO ₂ Maks, Power and Recovery	Seminar Internasional Yishpess Tahun 2018 di FIK UNY
16	2018	Prototype of Table Tennis Software To Manage Table Tennis Tournament	Seminar Internasional Yishpess Tahun 2018 di FIK UNY
17	2018	Penyediaan Sarana Aksesibilitas dan Pembentukan Karakter Bagi Penyandang Disabilitas	Seminar Nasional Ilmu Keolahragaan PPS Prodi S2 Ilmu Keolahragaa UNS Surakarta

KONFERENSI/SEMINAR/LOKAKARYA/SIMPOSIUM			
TAHUN	Judul Kegiatan	Penyelenggara	Panitia/Peserta/ Pembicara
2006	Seminar Pengembangan Prodi Ilmu Keolahragaan (IKORA) FIK UNY	PRODI IKORA FIK UNY	Panitia
2007	Seminar Olahraga Nasional PORPERTI	FIK UNY	Peserta dan Pemakalah
2008	Seminar dan Lokakarya Nasional Restrukturisasi Pendidikan Karakter”	UNY	Peserta
2008	Seminar Olahraga Nasional Ke II Peran Olahraga dalam Pembentukan Karakter	FIK UNY	Panitia
2009	The International Conference Of Physical Education and Sport	FIK UNNES	Presenter dan Participant
2009	International Conference on Sport “The Development of Sport Culture to be Civilization Indonesian”	FIK UNY	Panitia
2010	Seminar Nasional Olahraga “Momentum Piala Dunia Sebagai refleksi Kebangkitan	FIK UNY	Panitia

	Olahraga Indonesia”		
2010	Seminar Nasional III dalam Rangka Dies Natalis FIK UNY	FIK UNY	Panitia
2010	Lokakarya Pusat study Olahraga “Pengembangan Bidang Kajian PSO untuk Penelitian dan Pengabdian Masa Depan”	LEMLIT UNY	Peserta
2010	Seminar dan sarasehan Pembinaan Olahraga Prestasi	FIK UNY	Peserta
2011	Seminar Nasional IKA (Ikatan Alumni) “ Peningkatan Kualitas Pendidik Melalui Pendidikan Karakter”	Kemahasiswaan UNY	Peserta
2011	International Seminar III on Sport and Physical Education “ Striving for World Sport Achivements Through Sport and Physical Education”	FIK UNY	Panitia
2011	In the 1 st International Conference on Character Education	UNY	Peserta
2012	Lokakarya Pengembangan Prodi Ilmu Keolahragaan FIK UNY	Prodi Ikora FIK UNY	Panitia
2012	Seminar Nasional Implementasi Pendidikan Karakter dalam Membangaun Bangsa	UNY	Peserta
2012	Seminar dan Workshop Keolahragaan Nasional “Pemantapan Peran LPTO dalam Implementasi Sistem Keolahragaan Nasional	FIK UNY	Panitia
2013	Seminar Perubahan Kurikulum Olahraga	PPS UNY	Peserta dan Pemakalah
2013	Seminar Nasional dalam rangka POMNAS 2013	Kemahasiswaan UNY	Peserta dan Pemakalah
2015	Seminar Olahraga Nasional Peran Olahraga dalam Era Global	FIK UNY	Peserta dan Pemakalah
2016	Seminar Nasional Keolahragaan. Refleksi Prestasi dan Budaya Olahraga dalam Perspektif Ilmu Keolahragaan yang Inovatif	FIK UNY	Peserta dan Pemakalah
2016	Seminar Internasional Conference Of Sport Science (ICSS)	FIK UNESA	Peserta dan Pemakalah
2017	Seminar Nasional Hilirisasi Hasil-Hasil Penelitian dan	LPPM UNY	Peserta dan Pemakalah

	PPM untuk Kesejahteraan Bangsa		
2018	2 ND Yogyakarta Internasional Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (2 ND YISHPESS). Community Building and Development through Physical Education and Sport	FIK UNY	Panitia, Peserta dan Pemakalah
2018	Seminar Nasional Ilmu Keolahragaan PPS Prodi S2 Ilmu Keolahragaa UNS Surakarta	PPS UNS	Peserta

KEGIATAN PROFESIONAL/PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT			
No	Tahun	Jenis>Nama Kegiatan	Tempat
1	2006	Pelatihan dan festival olahraga Tradisional guru dan murid TK se-DIY	FIK UNY
2	2007	Pemberdayaan Pelatih Klub Bulutangkis Kabupaten Purworejo	Purworejo
3	2008	Pelatihan program senam pernapasan diabetes militus bagi instruktur senam di kecamatan banguntapan, kabupaten bantul, d.i. Yogyakarta	Bantul
4	2008	Pelatihan Sports Masase Bagi Guru Penjaskes	Kulon Progo
5	2009	Tes Kebugaran Dan Kesehatan Bagi Dosen Dan Karyawan Di Lingkungan Universitas Negeri Yogyakarta	FIK UNY
6	2009	Pelatihan <i>Lesson Study</i> Bagi Guru-Guru Sekolah Dasar (SD) Di Kabupaten Kulon Progo	Kulon Progo
7	2009	Pelatihan Out Bound Bagi Guru-Guru Penjaskes Sekolah Dasar (Sd) Se Kabupaten Kulon Progo	Kulon Progo
8	2010	Pengawas Satuan Pendidikan Ujian Nasional SMA/MA Tahun 2010 Kabupaten Kulon Progo	Kulon Progo
9	2010	Pelatihan Program Kebugaran Bagi Instruktur Fitness Se-Kabupaten Magelang	Magelang
10	2010	Sosialisasi Olahraga Panahan Bagi Anak SD Se Kecamatan Srandaan Kabupaten Bantul	Bantul
11	2010	Pelatihan pijat bagi kader kesehatan se DIY	FIK UNY
12	2010	Pelatihan Out Bound Bagi Guru Penjaskes Sekolah Menengah Atas Se Yogyakarta	FIK UNY
13	2010	Pelatihan Peningkatan Kreativitas Pembelajaran Olahraga Rekreasi Melalui <i>Outbound</i> Bagi Siswa SMA	FIK UNY
14	2011	Pelatihan Presenter Olahraga bagi Mahasiswa FIK UNY	FIK UNY
15	2011	Tes Kebugaran bagi Dosen dan Karyawan UNY	FIK UNY
16	2011	Pengawas Satuan Pendidikan Ujian Nasional SMA/MA Tahun 2011 Kabupaten Kulon Progo	Kulon Progo

17	2011	penyuluhan pendidikan kesehatan dan gizi bagi kader kesehatan di wilayah kota yogyakarta	Yogyakarta
18	2012	Pembinaan Karakter Bangsa Bagi Siswa Smp Melalui Aktivitas Luar Kelas Di Kabupaten Bantul	Bantul
19	2012	Sosialisasi dan Festival Olahraga Gateball bagi Guru Penjasorkes Se- Kabupaten Bantul Yogyakarta	Bantul
20	2012	Implementasi Olahraga Adaptif Bagi Anak Berkebutuhan Khusus di Daerah Yogyakarta	DIY
21	2013	Sosialisasi dan Invitasi Olahraga Gateball Bagi Guru Penjasorkes Se- Kabupaten Kulonprogo	Kulonprogo
22	2014	Pelatihan Wasit dan Persamaan Persepsi Tentang Peraturan Gateball Tahun 2014 Bagi Anggota Gateball Se-DIY dan Jawa Tengah.	DIY
23	2015	Implementasi Olahraga Kontemporer Bagi Anak Berkebutuhan Khusus di Kabupaten Bantul	Bantul
24	2016	Tingkat Kebugaran Serta Gambaran Tinggi Badan, Berat Badan, Indeks Masa Tubuh (IMT) Lingkar Pinggang, dan Lingkar Panggul Bagi Karyawan Dinas Kesehatan Propinsi DIY Melalui Tes Kebugaran Jantung Paru dengan Metode Rockport.	UNY
25	2017	Penerapan Pembelajaran Bulutangkis N7SR (Net Seven Shuttlecock and Racket) dalam Mengintegrasikan Pendidikan Karakter Kepemimpinan Mahasiswa.	UNY
26	2018	Pemanfaatan Laboratorium Prestasi sebagai Upaya untuk Mengetahui Kesehatan dan Kondisi Fisik Member Fitness Center FIK UNY.	UNY
27	2019	Bimbingan Teknis Pelaksanaan Turnamen Tenis Meja Berbantuan Sistem Informasi Pertandingan Tenis Meja.	UNY
27	2019	Memotivasi Pegawai Pengelola Fasilitas Olahraga dengan Manajemen SDM Sebagai Upaya untuk Meningkatkan Prestasi Kerja	UNY

Yogyakarta, 5 Mei 2020

Yang menyatakan,



Dr. Sigit Nugroho. S.Or., M. Or.
NIP. 19800924 200604 1 001

Daftar Riwayat Hidup Anggota Tim 2**IDENTITAS DIRI**

Nama : Aris Fajar Pambudi, S.Pd.Jas., M. Or.
 NIP/NIK : 19820522 200912 1 006
 Tempat dan Tanggal Lahir : Cilacap, 22 Mei 1982
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Status Perkawinan : Kawin
 Agama : Islam
 Golongan/Pangkat : Penata / III/d
 Jabatan Fungsional Akademik : Lektor 300
 Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
 Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta.
 Telp/Faks. : (0274) 513092, Psw. 255.
 Alamat Rumah : Perum Alam Sotya Pacar Pleret Bantul
 Telp/Faks. : 085223574067
 Alamat Email : arisfajarpambudi@uny.ac.id./ arisfajar22@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI

Tahun Lulus	Jenjang	Perguruan Tinggi	Jurusan / Bidang Studi
2005	Sarjana (S1)	Universitas Negeri Yogyakarta	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
2009	Magister (S2)	Universitas Negeri Yogyakarta	Ilmu Keolahragaan

PELATIHAN PROFESIONAL

Tahun	Jenis Pendidikan/Pelatihan	Penyelenggara	Jangka Waktu
2010	Pelatihan Pengembangan Keterampilan Dasar Teknik Instruksinal (PEKERTI) bagi dosen UNY.	P3AI UNY	5 Juli – 20 Desember 2010
2010	Pelatihan English TOEFL	P3B UNY	6 Agts-29 September 2010
2010	Pelatihan IELTS	P3B UNY	Oktober 2010
2010	Pendidikan dan Pelatihan Prajabatan Golongan III Tahun 2010	PusDik&PelatPeg Depdiknas LPMP Yogyakarta	5-18 November 2010
2010	Orientasi Pengembangan Pembimbing Kemahasiswaan (OPPEK) UNY Tahun 2010.	UNY	24-26 September 2010
2010	Pelatihan Pengembangan Bahan Perkuliahan Berbasis Multimedia Bagi Dosen UNY.	LPPM UNY	2010
2010	<i>Achievement Motivation Training and Leadership</i>	Lembaga Penelitian UNY	18-19 Sept 2010

2010	Pelatihan Metodologi Penelitian (Penelitian Tindakan, R&D, dan Penelitian Evaluasi) Bagi Dosen UNY Di Lembaga Penelitian (LEMLIT) UNY.	LPPM UNY	26-27 Oktober 2010
2011	Pendidikan dan Latihan Pendidikan Jasmani dan Olahraga bagi Pembina Olahraga Unit Kegiatan Mahasiswa	Kemenpora RI	Juli 2011
2011	Orientasi Pengembangan Pembimbingan Kemahasiswaan (OPPEK) UNY Tahun 2011.	UNY	30 September-2 Oktober 2011

Pengalaman Mengajar			
Mata Kuliah	Program Pendidikan	Institut/Jurusan/ Prodi	Sem / Tahun Akademik
Dasar Gerak Bolabasket	S1	UNY/POR/PJKR-PGSD	Gasal 2010-2013
Permainan Target	S1	UNY/POR/PJKR	Genap 2010-2013
Permainan Bolabasket	S1	UNY/POR/PJKR	Genap 2010-2013
Aktivitas Luar Kelas	S1	UNY/POR/PJKR, PGSD PENJAS	Gasal 2010-2013
Pengembangan Keterampilan Gerak Dasar	S1	UNY/POR/PGSD PENJAS	Gasal 2012-2013
Pengajaran Permainan Target & Fielding	S1	UNY/POR/PJKR, PPKHB	Gasal 2011-2012
Pengajaran Mikro	S1	UNY/POR/PGSD PENJAS	Genap 2012-2013
Praktik Pengajaran Lapangan (PPL)	S1	UNY/POR/PGSD PENJAS	Genap 2010
Kuliah Kerja Nyata (KKN)	S1	UNY/POR/PJKR, PGSD PENJAS	Genap 2012-2013
Pembinaan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah	S1	UNY/POR/PJKR	Genap 2011
Pengembangan Kurikulum Penjas	S1	UNY/POR/PJKR	Gasal 2013
Tes Pengukuran Penjas	S1	UNY/POR/PJKR	Gasal 2013

PRODUK BAHAN AJAR			
Mata Kuliah	Program Pendidikan	Jenis bahan (Cetak /Non Cetak)	Sem/Tahun Akademik
Dasar Gerak Bolabasket	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Gasal 2009
Permainan Target	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Genap 2010-2013
Permainan Bolabasket	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Genap 2010-2013
Aktivitas Luar Kelas	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Gasal 2010-2013
Pengembangan Keterampilan Gerak Dasar	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Gasal 2012-2013
Pengajaran Permainan Target & Fielding	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Gasal 2011-2012
Pembinaan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Genap 2011

Pengembangan Kurikulum Penjas	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Gasal 2013
Tes Pengukuran Penjas	S1	<i>Power Point Presentation (Handout)</i>	Gasal 2013

Pengalaman Penelitian			
Tahun	Judul Penelitian	Ketua/ Anggota	Sumber Dana
2005	Pengaruh Gaya Mengajar Inklusi dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMA I Majenang Kab. Cilacap	Ketua	Pribadi
2009	Analisis <i>Sport Management</i> pada Klub Kebugaran Ade Rai Yogyakarta	Ketua	Pribadi
2010	Pengaruh pembelajaran gaya mengajar inklusi dalam rangka pengembangan <i>Thinking Skill</i> (Kecakapan Berpikir Rasional)	Anggota	DIPA UNY
2010	Pengembangan Multimedia Pembelajaran Individual Dan Klasikal Pada Mata Kuliah Permainan Bolabasket Bagi Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY	Anggota	Hibah I-MHERE
2011	Pengaruh Pembelajaran Target Games dalam Pengembangan <i>Self Concept</i> Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY	Anggota	Hibah I-MHERE
2011	Standarisasi Tes Keterampilan Bolabasket STO sebagai Tes Baku Untuk Mahasiswa FIK UNY dalam MK Dasar Gerak Bolabasket	Anggota	DIPA UNY
2012	Pengetahuan Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY Angkatan 2011 terhadap Konsep dan Materi Ajar Permainan Target TGfU	Ketua	DIPA UNY
2012	Implementasi Pengajaran Pendidikan Jasmani Pendekatan Taktik (<i>Teaching Game for Understanding</i>) mahasiswa prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi	Anggota	BOPTN
2013	Kemampuan Guru Pendidikan Jasmani dalam Melaksanakan Pembelajaran <i>Outdoor Education</i> (Studi pada Peserta Pelatihan <i>Outdoor Education</i>)	Ketua	DIPA UNY
2013	Efektivitas Penggunaan Laboratorium Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2013	Anggota	DIPA UNY

KARYA ILMIAH*

A. Buku/Bab Buku/Jurnal

Tahun	Judul Artikel dan Buku	Penerbit/Jurnal
2010	<i>Target Games: Sebuah Pengembangan Konsep Diri Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani</i>	Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (JPJI)
	.	

B. Makalah/Poster

Tahun	Judul makalah / Poster	Penyelenggara
2010	Gaya Mengajar Inklusi dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani	UNY

KONFERENSI/SEMINAR/LOKAKARYA/SIMPOSIUM			
Tahun	Judul Kegiatan	Penyelenggara	Panitia/Peserta / Pembicara
2010	Seminar Nasional Olahraga dalam Rangka Dies Natalis FIK UNY tahun 2010	FIK UNY	Pembicara
2010	Seminar dan Sarasehan Pembinaan Olahraga Prestasi	FIK-UNY	Peserta
2011	<i>Workshop</i> Pembimbing Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) UNY	UNY	Peserta
2011	Pengembangan <i>Sports Science</i> dalam bidang Biomekanika Olahraga; Simi Motion	Kemenpora RI	Peserta
2012	Seminar "Integrasi Pendidikan Karakter dalam pembelajaran melalui model-model pembelajaran inovatif dan kreatif di sekolah dasar.	LPPM – UNY	Peserta
2012	<i>Workshop</i> Pengembangan Universitas Negeri Yogyakarta Melalui dana Islamic Development Bank (IDB)	UNY	Peserta
2012	Pembinaan Klub Olahraga Sekolah Dasar Tahap I dan II di Yogyakarta	Dirjen DIKDAS	Pembicara
2012	Seminar Keolahragaan Nasional tahun 2012 "Pemantapan Peran Lembaga Pendidikan Tinggi Olahraga (LPTO) Dalam Implementasi Sistem Keolahragaan Nasional"	FIK-UNY Kemenpora dan Forum Dekan FIK /FPOK Se- Indonesia	Peserta
2012	<i>Workshop</i> Penyusunan Silabi dan RPP Prodi PJKR FIK UNY	FIK UNY	Panitia
2013	<i>National Workshop on Physical Education Curriculum and Pedagogy</i>	LPPM-FIK UNY	Peserta
2013	<i>National Workshop on Physical Education Curriculum and Pedagogy</i>	LPPM-FIK UNY	Panitia
2013	Lokakarya Penyusunan Laporan Evaluasi Diri Program Studi, Fakultas, dan Program Pascasarjana	LPPMP	Peserta

KEGIATAN PROFESIONAL/PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT		
Tahun	Jenis>Nama Kegiatan	Tempat
2010	Ketua Wasit cabang Olahraga Catur dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SD tingkat Prov.DIY	Yogyakarta
2010	Ketua Wasit cabang Olahraga Catur dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SMP tingkat Prov.DIY	Yogyakarta

2011	Narasumber dalam Lokakarya dan Pendampingan Kreativitas Guru Pendidikan Jasmani dalam Mengembangkan Permainan Berbasis Permainan Target.	Yogyakarta
2011	Pelatih Tim Catur dalam Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) XII tahun 2011 Kep. Riau.	Batam (Kep. Riau)
2011	Ketua Wasit cabang Olahraga Catur dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SD tingkat Prov.DIY	Yogyakarta
2011	Ketua Wasit cabang Olahraga Catur dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SMP tingkat Prov.DIY	Yogyakarta
2011	Koordinator Akomodasi "Sukan Malaysia-Indonesia (Sukmalindo)" Tahun 2011 di UNY.	Yogyakarta
2012	Ketua Wasit cabang Olahraga Catur dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SMP tingkat Prov.DIY	Yogyakarta
2012	Ketua Koordinator Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 2	Yogyakarta
2012	Ketua Koordinator Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 3	Yogyakarta
2012	Ketua Koordinator Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 4	Yogyakarta
2012	Ketua Koordinator Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 5	Yogyakarta
2012	Ketua Koordinator Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 6	Yogyakarta
2012	Ketua Koordinator Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 7	Yogyakarta
2012	Ketua Koordinator Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 8	Yogyakarta
2012	Penanggung Jawab Akademik pada Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 9	Yogyakarta
2013	Penanggung Jawab Akademik pada Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 1	Yogyakarta
2013	Penanggung Jawab Akademik pada Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 2	Yogyakarta
2013	Penanggung Jawab Akademik pada Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 3	Yogyakarta
2013	Penanggung Jawab Akademik pada Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 4	Yogyakarta
2013	Penanggung Jawab Akademik pada Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Rayon 111 mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Gelombang 5	Yogyakarta
2010-2013	Panitia Ujian Tulis Seleksi Penerimaan Calon Mahasiswa Baru FIK-UNY Jalur SNMPTN.	Yogyakarta
2010-2013	Panitia Ujian Tulis Seleksi Penerimaan Calon Mahasiswa Baru FIK-UNY Jalur Seleksi Mandiri.	Yogyakarta
2010-2013	Panitia Tes Khusus Keterampilan Seleksi Calon Mahasiswa Baru FIK- UNY Jalur SNMPTN.	Yogyakarta
2010-2013	Panitia Tes Khusus Keterampilan Seleksi Calon Mahasiswa Baru FIK- UNY Jalur Seleksi Mandiri.	Yogyakarta
2013	Pelatih Tim Catur dalam Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) XIII tahun 2013 DIY.	Yogyakarta

2013	Tim Program Pengabdian kepada Masyarakat Sosialisasi Pemahaman Taktik permainan target dalam Permainan Woodball bagi siswa SMP se Kota Yogyakarta bekerjasama Pengurus Kota IWba Kota Yogyakarta	Yogyakarta
2013	Pengawas Satuan Pendidikan pada Ujian Nasional SMA di SMA N Kalibawang	Kulon Progo
2013	Narasumber Kegiatan Pembinaan Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SMP diselenggarakan oleh DISDIKPORA DIY	Yogyakarta
2013	Ketua Wasit cabang Olahraga Catur dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SD tingkat Prov.DIY	Yogyakarta
2013	Ketua Wasit cabang Olahraga Catur dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) SMP tingkat Prov.DIY	Yogyakarta
2013	Pelatihan Pendidikan Kecakapan Hidup melalui Pembelajaran <i>Outdoor Education</i> (Bagi Guru-guru Penjas SD)	Kebumen

JABATAN DALAM PENGELOLAAN INSTITUSI		
Peran/Jabatan	Institusi	Tahun ... s/d...
Staf Ahli/Staf Khusus	Bidang Akademik Fakultas Ilmu Keolahragaan	2013
Staf Ahli	Wakil Rektor III Bidang Olahraga	2014-2017
Ketua	Bidang Kerjasama di Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY	2013
Anggota	Jurusan Pendidikan Olahraga, Prodi PJKR (Tim Pengendali Dokumen ISO 9001: 2008)	2011
Anggota	Penjaminan Mutu Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY	2010
Anggota	Tim Pengajuan Akreditasi Prodi PJKR	2009
Anggota	Tim Pengajuan Akreditasi Prodi PGSD S1 Penjas	2011

PERAN DALAM KEGIATAN KEMAHASISWAAN			
Tahun	Jenis>Nama Kegiatan	Peran	Tempat
2010 – 2013	Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Catur UNY	Pembina	Yogyakarta
2011 – 2015	Program Kreativitas Mahasiswa	Pembimbing	Yogyakarta
2011 – sekarang	Penulisan Tugas Akhir Skripsi	Pembimbing Utama	Yogyakarta
2011 – sekarang	Ujian Tugas Akhir Skripsi	Sekretaris / Penguji	Yogyakarta
2012 - sekarang	Kuliah Kerja Nyata (KKN)	Pembimbing	Yogyakarta
2012 - sekarang	Praktik Pengalaman lapangan (PPL)	Pembimbing	Yogyakarta

ORGANISASI PROFESI/ILMIAH		
Tahun	Jenis>Nama Organisasi	Jabatan/Jenjang Keanggotaan
2013 – sekarang	Pengurus Badan Pembina Olahraga Mahasiswa Indonesia (BAPOMI) DIY.	Bidang Kesekretariatan
2013 – 2017	Pengurus PELTI Provinsi DIY Bidang Pertandingan	Bidang Pertandingan
2013 – 2017	Pengurus Woodball Kab. Sleman Prov DIY	Bidang Organisasi
2009 – sekarang	Ikatan Sarjana Olahraga Indonesia (ISORI) Provinsi DIY	Anggota
2010 – 2011	Pusat Studi Olahraga (PSO) UNY	Anggota
2009 – sekarang	Ikatan Alumni (IKA) UNY	Anggota

Saya menyatakan bahwa semua keterangan dalam **Curriculum Vitae** ini adalah benar dan apabila terdapat kesalahan, saya bersedia mempertanggungjawabkannya.

Yogyakarta, 8 Mei 2020
Yang menyatakan,

Aris Fajar Pambudi. S.Pd.Jas.,M.Or.
NIP. 19820522 200912 1 006

Daftar Riwayat Hidup Anggota Tim 3

A. Identitas

1.	Nama dan Gelar	RIKY DWIHANDAKA, S.Pd.Kor.,M.Or.
2.	NIP/NIDN	19821129 201504 1 001 / 0029128203
3.	Tempat, Tanggal Lahir	Sleman, 29 November 1982
4.	Jabatan Fungsional/TMT	Asisten Ahli
5.	Pangkat/Golongan/TMT	Penata Muda Tk.I/ III/b
6.	Bidang Ilmu/Mata Kuliah	Pembelajaran Permainan Net
7.	Program Studi/Jurusan	PGSD Penjas/POR
8.	Fakultas	Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK)
9.	Alamat Rumah	Kawedan RT003 RW017 Bangunkerto Turi Sleman Yogyakarta 55551
10.	Kantor Telp Fax	FIK UNY Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta 55281 0274 513092 0274 513092
11.	HP	081328789097
12.	E-mail	rikydwihandaka@uny.ac.id
13.	Website	http://staffnew.uny.ac.id/staff/198211292015041001

B. Riwayat Pendidikan

No	Sekolah	Program	Bidang Ilmu	Tahun Lulus
1.	UNS	S3	Ilmu Keolahragaan	Studi
2.	UNY	S2	Ilmu Keolahragaan	2011
3.	UNY	S1	Pendidikan Kepelatihan	2004
4.	SMU Negeri 1 Sleman		IPS	2000
5.	SLTP Negeri 2 Turi			1997
6.	SD Negeri Kadisono			1994

C. Mata Kuliah yang Diampu

No	Mata Kuliah	Semester	Strata	Keterangan
1.	Perkembangan Motorik	Gasal	S1	
2.	Permainan Bola Voli	Gasal	S1	
3.	Permainan Net	Gasal	S1	
4.	Permainan Target	Gasal	S1	
5.	Biomekanika Olahraga	Genap	S1	
6.	PEOS	Genap	S1	
7.	Admin.dan Organ. Penjas	Genap	S1	
8.	Pembelajaran Permainan Net	Genap	S1	

D. Training, Short Visit dan Sejenisnya (3 tahun terakhir)

No	Jenis Pelatihan/Pendidikan
1.	Pembekalan dan Pembinaan Pegawai (CPNS dan Non CPNS) bagi Dosen UNY
2.	Pelatihan Peningkatan Keterampilan Dasar Teknik Instruksional (PEKERTI)
3.	USINTEC-UNY 75-Hour English Course

E. Penelitian/Karya Ilmiah dalam Jabatan/Pangkat Terakhir yang Relevan dengan Bidang Ilmu (3 Tahun Terakhir)

1. Penelitian

No	Judul	Sumber Dana	Keterangan
1.	Strategi Pembelajaran Calon Guru Pendidikan Jasmani dalam Pembentukan Kepribadian Siswa di Sekolah Dasar.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
2.	Mapping Mahasiswa Berprestasi Bidang Olahraga UNY Tahun 2016.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
3.	Kemampuan Guru Penjasorkes dalam Menyusun Alat Evaluasi Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Sleman.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
4.	Faktor Pendukung Mahasiswa Berprestasi Bidang Olahraga di Universitas Negeri Yogyakarta.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
5.	Pengaruh Latihan Sirkuit dengan Interval Istirahat Tetap dan Menurun terhadap Kemampuan VO2 Maks, Power, dan Recovery.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
6.	Implementasi Lesson Study Perkuliahan Permainan Target untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran dan Mengembangkan Nilai Karakter Mahasiswa.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
7.	Peningkatan Kemampuan Motorik Melalui Aktifitas Dinamis Berbeban Eksternal di Lapangan Bola Voli Pasir dengan Intensitas Latihan 60%-70%.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
8.	Penerapan Penilaian Autentik pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas se-Kabupaten Bantul DIY.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
9.	Motivasi Pengurus Organisasi Mahasiswa Bidang Olahraga di Universitas Negeri Yogyakarta.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
10.	Keefektifan Pemanfaatan dan Arah Pengembangan Laboratorium Prestasi dan Kondisi Fisik FIK UNY.	DIPA UNY	Sebagai Anggota

No	Judul	Sumber Dana	Keterangan
11.	Pengembangan Permainan Triadton (Triples Badminton) dalam Meningkatkan Kesenangan dan Keterampilan Bermain Bulutangkis.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
12.	Potret Penyediaan Sarana Aksesibilitas dan Pembentukan Karakter bagi Penyandang Disabilitas di Lingkungan Universitas Negeri Yogyakarta.	DIPA UNY	Sebagai Anggota
13.	Pemetaan Cabang Olahraga Unggulan UNY Pada Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS).	DIPA UNY	Sebagai Anggota

2. Artikel Jurnal/Buku/Makalah Seminar/Artikel di Media Masa (3 tahun terakhir)

No	Judul Artikel, Jurnal dan Buku	Penerbit Jurnal/ ISSN-ISBN
1.	Pengaruh Latihan Aerobik dan Kapasitas Vital Paru terhadap VO ₂ max Atlet Bolavoli Junior Putra Kabupaten Sleman.	Seminar Nasional FIK UNY Tahun 2017
2.	Mapping Mahasiswa Berprestasi Bidang Olahraga UNY Tahun 2016.	Seminar Nasional FIK UNY Tahun 2017
3.	Potret Penyediaan Sarana Aksesibilitas dan Pembentukan Karakter bagi Penyandang Disabilitas di Lingkungan Universitas Negeri Yogyakarta.	Seminar Nasional IKOR UNS Tahun 2018
4.	The Effectiveness of Circuit Training with Constant Break and Decreased Intervals on VO ₂ max, Power, and Recovery.	Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS) Tahun 2018
5.	The Implementation of Learning Big Ball Game in High School.	Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS) Tahun 2018

F. Pengabdian pada Masyarakat (3 tahun terakhir)

No	Judul	Keterangan
1.	Pelatihan Penyusunan Instrumen Hasil Belajar Penjasorkes Kerjasama dengan KKG Kabupaten Sleman.	Sebagai Anggota
2.	Pemanfaatan Lab.Prestasi sebagai Upaya untuk Mengetahui Kesehatan dan Kondisi Fisik Member Fitness Center FIK UNY.	Sebagai Anggota
3.	Pengayaan Materi Permainan Bola Besar bagi Guru PJOK SMA se-Kabupaten Bantul.	Sebagai Anggota
4.	Pengayaan Materi Permainan Bola Besar bagi Guru PJOK SMP Negeri se-Kabupaten Bantul.	Sebagai Anggota

G. Tugas tambahan yang pernah Dipegang/Masih Dipegang

No	Tugas Tambahan	Tahun
1.	Tim Ahli Bidang Olahraga UNY	2016-sekarang

H. Organisasi yang Diikuti/Pernah Diikuti

No	Nama Organisasi	Kedudukan	Keterangan
1.	SELABORA BOLA VOLI	Sekretaris	
2.	PENGKAB PBVSI SLEMAN	Sie Pertandingan	

I. Lain-lain/Pendukung yang pernah Dilaksanakan

No	Kegiatan
1.	Prestasi yang pernah Diraih: a. Medali Emas Bola Voli Indoor Putri PORDA DIY Tahun 2015 (sebagai Pelatih). b. Peringkat III Cabor Bulutangkis LPTK CUP Tahun 2017 di UNY Yogyakarta. c. Peringkat III Cabor Bulutangkis LPTK CUP Tahun 2019 di UNP Padang.

Yogyakarta, 4 Mei 2020



RIKY DWIHANDAKA, S.Pd.Kor., M.Or.
NIP. 19821129 201504 1 001

Daftar Riwayat Hidup Mahasiswa 1

Nama : Prisma Arumsari
Telpon : +628970474685
Tempat Tanggal lahir : PURBALINGGA, 23 Desember 1999
Alamat : Perum. Selabaya Indah D8 Rt 04/07, Kecamatan
Kalimanah, Purbalingga
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan

Daftar Riwayat Hidup Mahasiswa 2

Nama : Fajar Hamzah
Telpon : +62895414666143
Tempat Tanggal lahir : PATI, 12 Februari 2000
Alamat : Desa Wedarijaksa Rt 02 Rw 05 Kecamatan Wedarijaksa
Kabupaten Pati
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Laki-Laki

Lampiran 3. Gambaran Materi

Gambaran skenario program kegiatan yang akan dilaksanakan :

1. Kegiatan pelatihan metode masase kesehatan ini dilaksanakan di di Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas (BRTPD) Pundong Bantul.
2. Peserta sebelum menerima materi pelatihan, dilaksanakan *pretest* untuk mengetahui kemampuan awal, terutama pada lembar telapak tangan, tekanan ibu jari dan tingkat produktivitas kerja
3. Materi diberikan secara bertahap sesuai dengan jadwal pelatihan yang disusun.
4. Dalam kegiatan praktik, satu tempat tidur digunakan oleh dua orang peserta dengan dibimbing oleh anggota tim pengabdian.
5. Setiap materi didemokan di muka kelas secara sistematis, dan diikuti oleh peserta dengan dibawah bimbingan tim pengabdian.
6. Dilakukan diskusi dan tanya jawab dalam setiap sesi, dengan harapan peserta dapat menguasai materi dengan sebaik-baiknya.
7. Peserta setelah mengikuti dan mempraktikkan metode masase kesehatan secara terbimbing, kemudian diberikan tugas untuk mencari klien sesuai dengan metode penanganannya.
8. Diberikan *review* kepada peserta untuk melakukan kreativitas dan kebebasan untuk mengaplikasikan, mengembangkan, menanyakan materi pelatihan yang belum dipahami dengan baik kepada instruktur.
9. Kegiatan pelatihan diakhiri dengan evaluasi kemampuan dan ketrampilan peserta selama pelatihan. Evaluasi ini terdiri dari dua macam, yaitu evaluasi disisi penguasaan teknik masase kesehatan dan evaluasi tentang isi atau *content* dari teknik penanganannya.
10. Kegiatan pelatihan diakhiri dengan ditandai penyerahan sertifikat kepada peserta. Sertifikat diberikan kepada peserta yang telah mengikuti serangkaian acara pelatihan.

Pendahuluan

- Peserta mempelajari modul metode masase kesehatan yang telah disiapkan
- Peserta mencoba memahami teknik dalam masase kesehatan

Penyiapan
Pelatihan

- Peserta menyiapkan ruangan masase dan peralatan untuk memijat
- Peserta dikelompokan sesuai dengan kemampuan dan kondisinya

Pelaksanaan
Pelatihan

- Peserta melaksanakan masase dengan metode masase kesehatan dengan posisi telungkup, terlentang dan duduk
- Peserta diukur produktivitas kerjanya

Lampiran 4. Denah Lokasi



**LAPORAN PENELITIAN UNGGULAN PERGURUAN TINGGI
TAHUN ANGGARAN 2019**



JUDUL PENELITIAN

**PENGEMBANGAN MASASE KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN
PRODUKTIVITAS KERJA BAGI DISABILITAS TUNA DAKSA**

TIM PENELITIAN

Drs. Sumarjo, M.Kes./NIP. 19631217 199001 1 002

Dr. Sigit Nugroho, S.Or., M.Or/NIP. 19800924 200604 1 001

Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or/NIP. 19820522 200912 1 006

Dyana Nurfadillah/NIM. 16603144006

Inas Gita Amalia/NIM. 16603144013

**Dibiayai Oleh DIPA BLU Universitas Negeri Yogyakarta dengan SK Rektor UNY Nomor:
1.30/UN34/IV/2019 tanggal 30 April 2019 tentang Penetapan Pemenang Penelitian dan PPM
dana Internal UNY Tahun Anggaran 2019**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2019**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN PENELITIAN UNGGULAN PERGURUAN TINGGI

Judul : Pengembangan Masase Kesehatan untuk Meningkatkan Produktivitas Kerja Bagi Disabilitas Tuna Daksa

Peneliti/Pelaksana

Nama lengkap : Drs. Sumarjo, M.Kes.
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
NIDN : 0017126307
Jabatan Fungsional : Lektor Kepala
Program Studi : Ilmu Keolahragaan - S1
Nomor HP : +628122594938
Alamat surel (e-mail) : sumarjofik@uny.ac.id

Anggota (1)

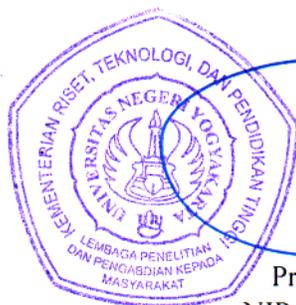
Nama Lengkap : Dr. Sigit Nugroho, S.Or., M.Or
NIDN : 0024098004
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Anggota (1)

Nama Lengkap : Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or
NIDN : 0022058205
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Institusi Mitra (jika ada)

Tahun Pelaksanaan : 2019
Biaya Tahun Berjalan : Rp. 25.000.000,00



Mengetahui,
Ketua LPPM,


Prof. Dr. Suyanta, M.Si.
NIP 19660508 199203 1 002

Yogyakarta, 23 Oktober 2019
Ketua Pelaksana


Drs. Sumarjo, M.Kes.
NIP 19631217 199001 1 002

Lampiran 6. Surat Pernyataan Kerjasama dari Mitra

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN KERJASAMA DARI KHALAYAK
SASARAN/MITRA DALAM PELAKSANAAN PROGRAM
PPM HASIL PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Drs. Suprih Waluyo
Jabatan pada khalayak sasaran/UKM/Mitra : Kepala Seksi Tuna Daksa
Alamat khalayak sasaran/UKM/Mitra : Kecamatan Pundong, Kabupaten
Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta

dengan ini menyatakan bersedia untuk bekerjasama dengan Pelaksana kegiatan PPM hasil penelitian dari:

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

guna membantu penyelesaian permasalahan di khalayak sasaran/Mitra kami dan sudah pula disepakati bersama sebelumnya.

Ketua pelaksana kegiatan Program PPM Hasil Penelitian dimaksud adalah:

Nama : Drs. Sumarjo, M.Kes
NIP : 19631217 199001 1 002
Pangkat/ Golongan : Pembina Utama Muda/ IVc
Program Studi/Jurusan : Ilmu Keolahragaan S1/ IK
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA (UNY)

Bersama ini pula kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa diantara khalayak sasaran dan Pelaksana Program PPM Hasil Penelitian tidak terdapat ikatan kekeluargaan dalam wujud apapun juga.

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggungjawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat di gunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 8 Mei 2020
Yang membuat pernyataan,



Drs. Suprih Waluyo