USULAN PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA

"ULAR TANGGA OLAHRAGA" MEDIA PERMAINAN EDUKATIF UNTUK OLAHRAGA DENGAN MENGGUNAKAN SISTEM SIRKUIT TRAINING BAGI SISWA SMA NEGERI AJIBARANG.

BIDANG KEGIATAN:
PKM-P

Diusulkan Oleh :

Arief Abdul Malik : 6101409118 / 2009

Susan Nita Budhi : 6101411225 / 2011

Didik Leska Saputra : 6101411129 / 2011

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

SEMARANG

2012

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul Kegiatan : **"ULAR TANGGA OLAHRAGA" MEDIA PERMAINAN EDUKATIF UNTUK OLAHRAGA DENGAN MENGGUNAKAN SISTEM SIRKUIT TRAINING BAGI SISWA SMA NEGERI AJIBARANG.**
2. Bidang Kegiatan : (√) PKM-P ( ) PKM-K ( ) PKM-KC
   (Pilih Salah Satu) ( ) PKM-T ( ) PKM-M
3. Ketua Pelaksana Kegiatan
   a. Nama Lengkap : Arief Abdul Malik
   b. NIM : 61010409118
   c. Jurusan : Pendidikan Jasmanai Kesehatan dan Rekreasi
   d. Universitas : Universitas Negeri Semarang
   e. Alamat/Telp. : Cikadu, Rt 03 Rw 02 Desa Lumbir Lumbir – Banyumas / 085727269118
   f. Alamat Email : ariefabdulmalik@yahoo.co.id
4. Anggota Pelaksana Kegiatan : 2 orang
5. Dosen Pendamping
   a. Nama Lengkap : Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd
   b. NIDN : 0025087510
   c. Alamat Rumah dan No. Telp/HP : Jatisari permai Blok A-9 No. 09, Rt 05 Rw 09 Jatisari Mijen Semarang, 085866268669
6. Biaya Total Kegiatan
   a. Dikti : Rp. 7.915.000,00
   b. Sumber Lain (sebutkan) : -
7. Jangka Waktu Pelaksanaan : 3 bulan

Semarang, 31 Oktober 2012

Menyetujui,
Ketua Jurusan PJKR

Drs. Mugiyo Hartono, M. Pd.
NIP. 19610903 198803 1 002

Ketua Pelaksana Kegiatan

Arief Abdul Malik
NIM. 61010409118

Pembantu Rektor
Bidang Kemahasiswan

Prof. Dr. Masrukhi, M.Pd
NIP. 19620508 198803 1 002

Dosen Pendamping

Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd
NIDN. 0025087510

ABSTRAK

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Olahraga merupakanberbagaimacamkegiatanatauusahauntukmendorong, membangkitkan, mengembangkandanmembinakekuatanjasmanimaupunrohanipadasetiap orang. Lebihluaslagiolahragadianggapsebagaisalahsatualatdalamusahameningkatkan kesanggupanbangsagunamenanggulangikewajibannya yang semakin lama semakinmeningkatsesuaidenganperkembanganjaman. Olahragamerupakankebutuhanmanusia yang sangatpentingsehinggaolahragamenjadisuatutuntutanuntukmajukedepan (AipSyarifuddin, 2002: 33)

Olahragapendidikanadalahpendidikanjasmani, olahraga, dan kesehatan (Penjasorkes) yang dilaksanakansebagaibagian proses pendidikan yang teraturdanberkelanjutanuntukmemperolehpengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dankebugaranjasmani (Undang-Undang No. 3 Tahun 2005 pasal I ayat 11). Pendidikanjasmanisebagaisalahsatusubsistempendidikan yang wajibdiajarkan di sekolahmemilikiperanpenting yang sangatsentraldalampembentukanmanusia Indonesia seutuhnya.

Salah satutujuanPenjasorkes di sekolahadalahmemberikanketerampilangerakuntukpesertadidik, denganharapanketerampilangerak yang sudahdimilikiuntukdapatdikembangkandanditingkatkankedalampengembangan spesialisasigerakcabangolahragatertentusesuaibakat, minatdanpotensi yang dimilikipesertadidik. Tujuantersebuttertuangdalampasal 25 ayat 3 UU no. 3 tahun 2005 tentangSistemKeolahragaanNasional. Adapunisidaripasal 25ayat 3 adalah“Pembinaandanpengembanganolahragapendidikanpadasemuajenjangpendidikanmemberikankebebasankepadapesertadidikuntukmelakukankegiatanolahragasesuaidenganbakatdanminat”.

Pembelajaran penjasorkes di sekolah sering menemui berbagai permasalan yang kompleks baik faktor intrinsik maupun ekstrinsik. Metode pembelajaran yang bersifat monoton menjadi salah satu penyebab utama para siswa kurang bergerak secara optimal dalam pembelajaran Penjasorkes. Disamping itu

jumlah kompetesi dasar yang harus diajarkan tidak sebanding dengan jumlah jam pelajaran yang ada, sehingga masih banyak kompetesi dasar yang akhirnya tidak diajarkan.

Modifikasipembelajaranpendidikanjasmanisangatpentinguntukdiketahuiol ehpara guru pendidikanjasmani.Sehingga dalampenyelenggaraan program pendidikanjasmanihendaknyamencerminkankarakteristik program pendidikanjasmaniitusendiri, yaitu "*Developentally Appropriate Practice*" (DAP). Artinyabahwatugas ajar yang disampaikanharusmemperhatikanperubahankemampuanataukondisianak, dandapatmembantumendorongkearahperubahantersebut. Dengandemikiantugas ajar tersebutharussesuaidengantingkatperkembangandantingkatkemataganananakdi dik yang diajarnya. Perkembanganataukematangan yang dimaksudmencakupfisik, psikismaupunketerampilannya.

Ular tangga adalah permainan papan untuk anak-anak yang dimainkan oleh 2 orang atau lebih. Papan permainan dibagi dalam kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak digambar sejumlah "tangga" atau "ular" yang menghubungkannya dengan kotak lain.Permainan ini diciptakan pada tahun 1870.Tidak ada papan permainan standar dalam ular tangga, setiap orang dapat menciptakan papan mereka sendiridengan jumlah kotak, ular dan tangga yang berlainan.

Latihansirkuitadalahsuatu program latihanterdiridaribeberapastasiundan di setiapstasiunseorangatletmelakukanjenislatihan yang telahditentukan. Satusirkuitlatihandikatakanselesai, bilaseorangatlettelahmenyelesaikan latihandisemuastasiunsesuaidengandosis yang telahditetapkan.Latihan sirkuitakan tercakup latihan untuk: 1) Kekuatan otot, 2) Ketahanan otot, 3) Kelentukan, 4)Kelincahan, 5) Keseimbangan dan 6) Ketahanan jantung paru. Latihan-latihan harusmerupakan siklus sehingga tidak membosankan.

Ular Tangga Olahraga merupakan media pembelajaran olahraga yang baru hasil inovasi dari permainan ular tangga dan sistem latihan sirkuit training. Pembelajaran dalam bentuk permainan ini mudah dan bersifat kompetitif sehingga dapat meningkatkan semangat, sikap fair play, dan daya juang yang

tinggi. Rasa asyik inilah yang akan menjadi daya tarik tersendiri dan menjadi keistimewaan media ini dibandingkan dengan media yang lain dalam pembelajaran olahraga.

B. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian tersebut diatas, maka dapat dirumuskan beberapa masalah yang dihadapi yaitu apakah model Ular Tangga Olahraga dapat dijadikan sebagai media permainan edukatif dalam pembelajaran olahraga dan bagaimana penggunaan Ular Tangga Olahraga sebagai media permainan edukatif dalam pembelajaran olahraga?

C. TUJUAN

Tujuan dari penelitian ini adalahdihasilkan model Ular Tangga Olahraga serta diperoleh pengetahuan tentang penggunaannya sebagai media permainan edukatif dalam pembelajaran olahraga.

D. LUARAN YANG DIHARAPKAN

Luaran yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

1. Terciptanya model permainan edukatif dalam pembelajaran olahraga.
2. Dapat mengoptimalkan waktu pembelajaran yang ada dengan kompetensi dasar yang diajarkan.
3. Meningkatkan kebugaran dan ketrampilan gerak dasar siswa dalam olahraga.
4. Siswabergerakaktif, mempunyaisikapsportif, danmampubekerjasamadengansiswa lain.

E. KEGUNAAN

Adapun kegunaan dari penelitian ini adalah :

1. BagiGuru Penjas SMA Negeri Ajibarang
   a. Meningkatkankreativitassertakemampuan guru penjasdalampemanfaatanalat bantu pembelajaran.
   b. Membericakrawalabarubagi guru penjassebagaipilihanalternatifdalammelakukanpembelajaran.
   c. Mampumenciptakanpembelajaran yang efektifdenganmenggunakanalat bantu pembelajaran yang telah di modifikasi
2. BagiSiswa SMA Negeri Ajibarang

a. Menciptakansuasanapembelajaran yang menyenangkandanmeningkatkanperanaktifsiswadalammengikutipembelajaranpenjas.
b. Meningkatkanminatdankemampuansiswadalam pembelajaran olahraga

3. BagiSekolah
   a. Memberikankontribusikepadasekolahdalamrangkaperbaikan proses pembelajaranpendidikanjasmani, sehinggadapatmeningkatkanaktivitasbelajardanhasilbelajarsiswasertaperformansi guru.
   b. Meningkatnyacitrasekolahdalampandanganmasyarakatseiringdenganmeningkatnyahasilbelajarsiswa, sehingga input sekolahmenjadibertambah.

F. TINJAUAN PUSTAKA

1. Pembelajaran yang Menarik

Pembelajaran yang menarik berarti mempunyai unsur menggelitik bagi siswa untuk terus diikuti. Dengan begitu, siswa mempunyai motivasi untuk terus mengikuti pembelajaran. Pembelajaran yang menyenangkan berarti pembelajaran yang cocok dengan suasana yang

terjadi dalam diri siswa. Jika siswa tidak senang, pasti siswa tidak ada perhatian. Pada akhirnya, siswa akan pasif, jenuh, dan masa bodoh. Untuk menanganinya, guru memerlukan seni tersendiri dalam pembelajaran (Suyatno 2005:12).

Pembelajaran dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan adalah pembelajaran yang diserahkan pada pihak sekolah masing-masing untuk mengembangkannya yang tetap berdasarkan masalah. Pembelajaran berdasarkan masalah tidak dirancang sebagai acuan guru untuk memberikan informasi kepada siswa, melainkan melatih siswa untuk berfikir sesuai dengan kemampuannya dan mengembangkan keterampilan dalam memecahkan masalah.

2. LatihanSirkuit (Circuit Training)

Latihan sirkuit adalah suatu bentuk latihan yang terdiri atas rangkaian latihanyang berurutan, dirancang untuk mengembangkan kebugaran fisik dan keterampilanyang berhubungan dengan olahraga tertentu. Materi latihan

sirkuit terdiri atas ragamgerakan: (1) zig-zag run, (2) squat thrust, (3) down the-line drill, (4) jingle, janglelateral spin, (5) dot-wave drill, (6) shuttle run (Sarwono, 2007: 111).

Menurut Soekarman (1987: 70-71) latihan sirkuit adalah suatu program latihanyang dikombinasikan dari beberapa item-item latihan yang tujuannya dalammelakukan suatu latihan tidak akan membosankan dan lebih efisien. Latihan sirkuitakan tercakup latihan untuk: 1) Kekuatan otot, 2) Ketahanan otot, 3) Kelentukan, 4)Kelincahan, 5) Keseimbangan dan 6) Ketahanan jantung paru. Latihan-latihan harusmerupakan siklus sehingga tidak membosankan. Latihan sirkuit biasanya satu sirkuitada 6 sampai 15 stasiun, berlangsung selama 10-20 menit. Istirahat dari stasiun kelainnya 15-20 detik.

Menurut J.P. O'Shea dan E.L.Fox yang dikutip M. Sajoto (1995: 83-84) ada duaprogram latihan sirkuit, yang pertama bahwa jumlah stasiun adalah 8 tempat. Satustasiun diselesaikan dalam waktu 45 detik, dan dengan repetisi antara 15-20 kali,sedang waktu istirahat tiap stasiun adalah 1 menit atau kurang. Rancangan keduadinyatakan bahwa jumlah stasiun antara 6-15 tempat. Satu stasiun diselesaikan dalamwaktu 30 detik, dan satu sirkuit diselesaikan antara 5-20 menit, dengan waktuistirahat tiap stasiun adalah 15-20 detik. Tentang latihan, baik O'Shea maupun Foxmenyebutkan 3 kali per minggu, sedang lama latihan hanya Fox yang memberikanancar-ancar sekurang-kurangnya 6 minggu.

3. PermainanUlarTangga

Ular tangga adalah permainan papan untuk anak-anak yang dimainkan oleh 2 orang atau lebih. Papan permainan dibagi dalam kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak digambar sejumlah "tangga" atau "ular" yang menghubungkannya dengan kotak lain.Permainan ini diciptakan pada tahun 1870.Tidak ada papan permainan standar dalam ular tangga, setiap orang dapat menciptakan papan mereka sendiridengan jumlah kotak, ular dan tangga yang berlainan.

Setiap pemain mulai dengan bidaknya di kotak pertama (biasanya kotak di sudut kiri bawah) dan secara bergiliran melemparkan dadu. Bidak dijalankansesuai dengan jumlah mata dadu yang muncul. Bilapemain

mendarat di ujung bawah sebuah tangga, mereka dapat langsung pergi ke ujung tangga yanglain. Bila mendarat di kotak dengan kepala ular, mereka harusturun ke kotak di ujung bawah ular. Pemenang adalahpemain pertama yang mencapai kotak terakhir.

4. Media PermainanEdukatif

MenurutBrigg, media adalah segala alat fisik yang dapat menyajikan pesan yang merangsang sesuai untuk belajar. Sedangkan alat permainan adalah semua alat bermain yang digunakan oleh anak untuk memenuhi naluri bermainnya dan memiliki berbagai macam sifat seperti bongkar pasang, mengelompokkan, memadukan, mencari padanannya, merangkai, membentuk, mengetok, menyempurnakan suatu desain, atau menyusun sesuai bentuk utuhnya (Anggani Sudono 2000:7).

Edukatif dalam Kamus Lengkap Bahasa Indonesia (Desy Anwar 2001) berarti bersifat mendidik, berkenaan dengan pendidikan. Jadi, secara umum media permainan edukatif dan menyenangkan adalah semua alat permainan yang bersifat mendidik yangdigunakandalampembelajarandanmembuatsenangketikamenggunakannya .

5. Model Ular Tangga Olahraga

Ular Tangga Olahraga merupakan media pembelajaran olahraga yang baru hasil inovasi dari permainan ular tangga dan sistem latihan sirkuit training. Pembelajaran dalam bentuk permainan ini mudah dan bersifat kompetitif sehingga dapat meningkatkan semangat, sikap fair play, dan daya juang yang tinggi. Rasa asyik inilah yang akan menjadi daya tarik tersendiri dan menjadi keistimewaan media ini dibandingkan dengan media yang lain dalam pembelajaran olahraga.

Secara umum, permainan ini terdiri dari beberapa bagian yaitu:

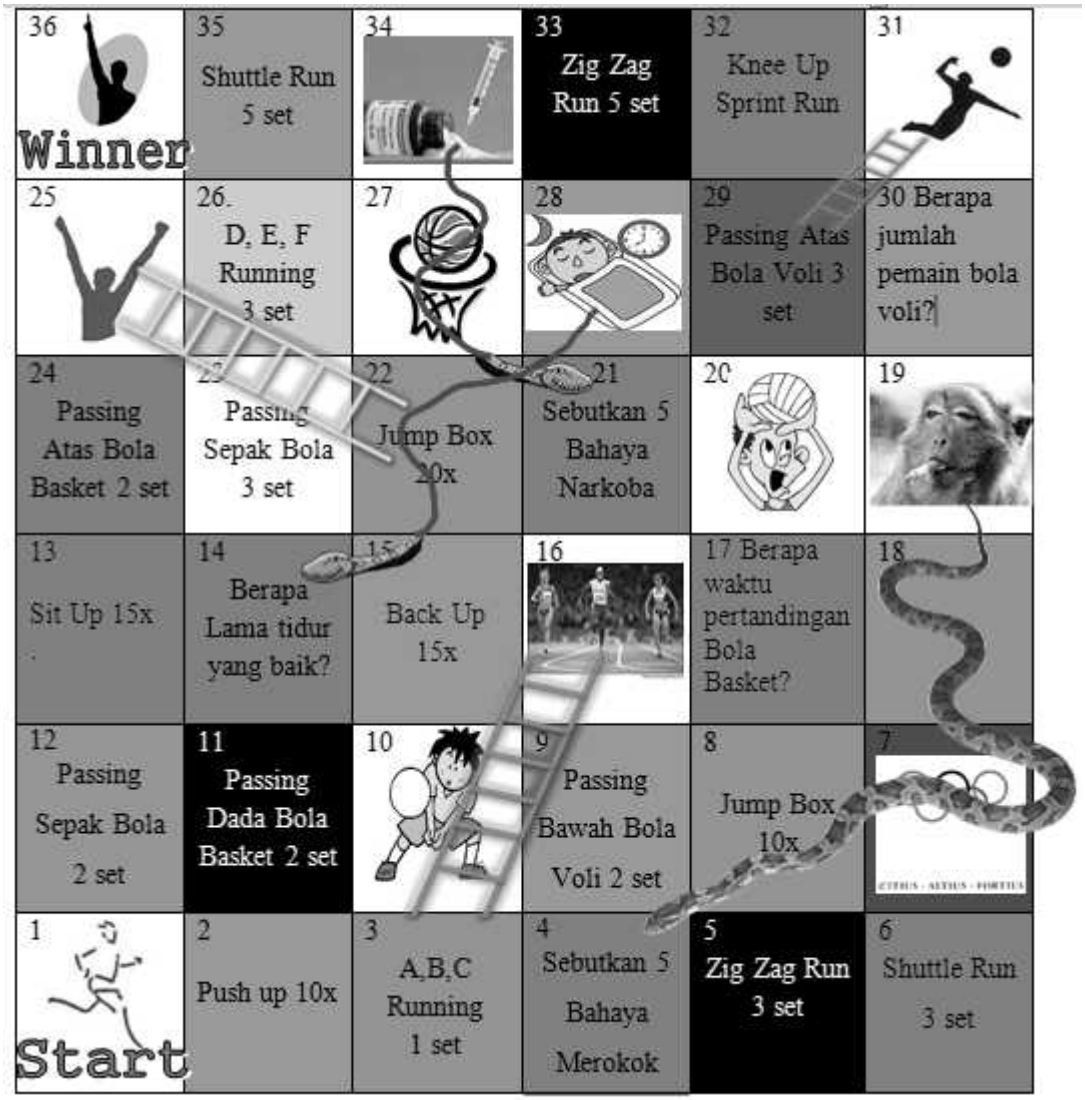
1. Ular Tangga

Papan permainan dibagi dalam kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak digambar sejumlah “tangga” atau “ular” yang menghubungkannya dengan kotak lain. Ular tangga ini berbentuk persegi dengan ukuran 120 cm^2. Terdapat 36 kotak yang berisi 3 ular, 3 tangga dan 30 tugas. Untuk

memainkannya menggunakan bidak dan dadu.Pemilihan tugas harus sesuai dengan kurikulum pembelajaran di sekolah. Diantanya ada materi kebugaran dan permainan.

2. Lapangan Permainan

Permainan ini dilakukan di area terbuka. Ukuran lapangan tidak mengikat, artinya fleksibel dengan kondisi lingkungan sekolah yang ada.



Gambar 1. Permainan Ular Tangga Olahraga

3. Aturan Permainan Ular Tangga Olahraga:

Aturan permainan Ular Tangga Olahraga adalah sebagai berikut:

a. Permainan diikuti oleh 3 sampai 5 regu. Masing-masing regu 5 sampai 10 siswa. Setiap regu dipimpin oleh seorang kapten.

b. Setiap regu memilih satu jenis bidak yang akan dimainkan dan mengundi giliran bermain dengan cara melemparkan dadu sebanyak 3 kali. Regu dengan jumlah angka dadu terbanyak akan main terlebih dahulu. Apabila terjadi jumlah angka dadu yang sama, maka dilakukan hom pim pa atau suit untuk menentukannya.
c. Permainan dilakukan secara bergiliran sesuai dengan undian tadi.
d. Kapten regu pertama melempar dadu kemudian menjalankan bidak pada papan ular tangga sesuai dengan angka yang ditunjukan mata dadu.
e. Ketika bidak berhenti pada suatu petak, lihat tugas apa yang harus dikerjakan pada petak itu. Ketika tim pertama sedang mengerjakan tugas maka tim kedua melempar dadu dan seterusnya sampai tim terakhir.
f. Kemudian giliran selanjutnya ditentukan oleh regu mana yang paling cepat dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas dengan baik.
g. Ketika bidak berhenti pada tangga bagian bawah maka bidak akan naik sampai tangga atas setelah regu tersebut menyelesaikan tugas yang ada.
h. Apabila bidak berhenti pada ekor ular maka bidak akan turun sampai kepala ular dan harus menyelesaikan tugas yang ada.
i. Permainan berakhir ketika ada regu yang mencapai kotak terakhir atau winner.
j. Pemenang permainan adalah regu dengan bidak yang mencapai kotak terakhir paling cepat. Apabila tidak ada regu yang mencapai kotak terakhir sampai jam pelajaran beakhir (waktu sesuai kesepakatan), maka regu dengan bidak yang tertinggi yang menjadi pemenang permainan tersebut.

6. Ular Tangga OlahragaBernilaiEdukatif

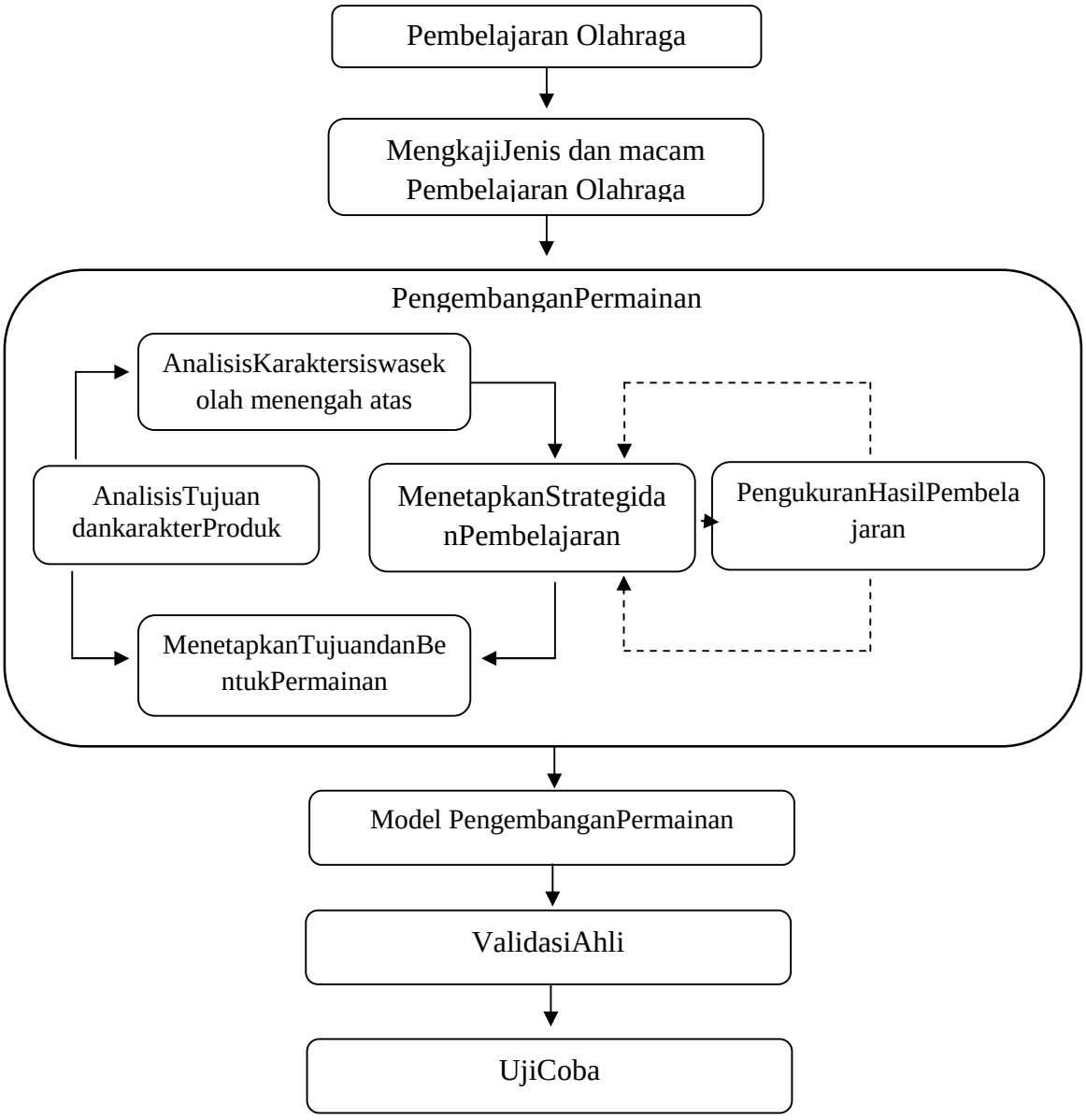
Permainan Ular Tangga Olahraga bernilai edukatif artinya dalam permainan ini terdapat pembelajaran. Ketika siswa bermain Ular Tangga Olahraga, maka siswa berusaha untuk mencapai kotak akhir. Perjalanan mencapai kotak akhir ini terdapat berbagai tugas-tugas (rintangan) yang harus dilakukan. Sehingga siswa dituntut untuk dapat bekerjasama, sportif,

bergerak aktif dan mampu menunjukan kemampuan kognitifnya dalam menjawab pertanyaan yang ada dalam tugas.

G. METODE PELAKSANAAN PROGRAM

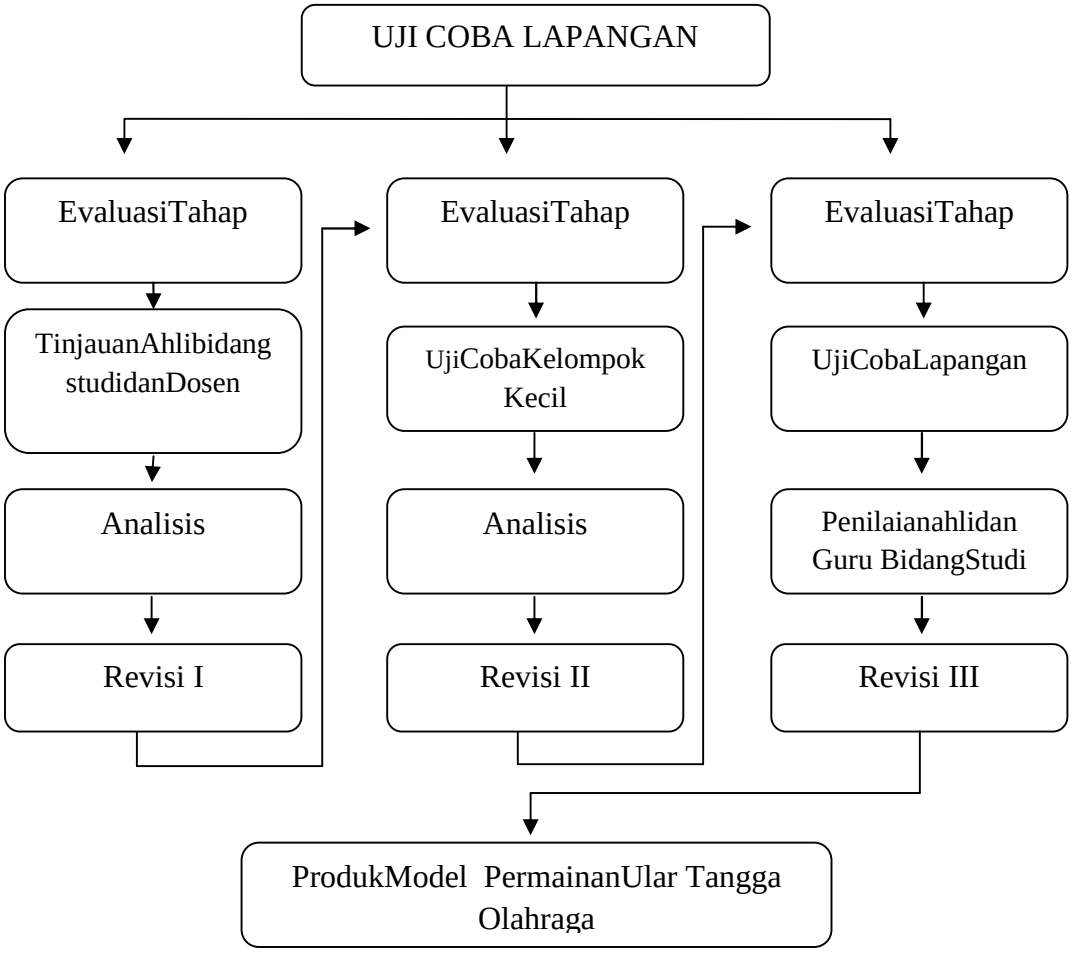
Penelitianpengembanganinimenggunakan model pengembanganprosedural, karena model inibersifatdeskriptif, yaitusuatuprosedur yang menggambarkanlangkah-langkah yang harusdiikutidalammenghasilkanproduk.Menurut Borg dan Gall dalamSugiyono (2009:9), Penelitiandanpengembanganmerupakanmetodeataucara yang digunakanuntukmengembangkanataumemvalidasiproduk-produk yang digunakandalampendidikandanpembelajaran.

1. Prosedur Perkembangan



Gambar 2. Diagram Prosedur Pengembangan Permainan Ular Tangga Olahraga

2. Uji Coba Produk



Gambar 3. Diagram Pelaksanaan Uji Coba Produk

		Bulan

H. JADWAL KEGIATAN PROGRAM

1.1 Tabel Jadwal Kegiatan Program

		I				II				III			
1.	Perencanaan Program												
2.	Persiapan Program												
3.	Pelaksanaan Program												
4.	Evaluasi Program												
5.	Penyusunan Laporan												
6.	Penyerahan Laporan Akhir												

I. BIAYA

1. Rekapituasi Biaya

1.2 Tabel Rekapitulasi Biaya

No	Jenis Pengeluaran	Jumlah
1.	Peralatan Penunjang	Rp 4.655.000,00
2.	Dokumentasi	Rp. 360.000,00
3.	Transportasi	Rp. 1.000.000,00
4.	Pelaksanaan Penelitian dan Pengambilan Data	Rp. 960.000,00
5.	Penyusunan Laporan	Rp. 640.000,00
6.	Lain-lain	Rp. 300.000,00
Jumlah		Rp 7.915.000,00

2. Rincian Pengeluaran

1) Peralatan Penunjang

1) Bola Basket GG6 dan GG7 @Rp. 450.000 Rp 900.000,00
2) Bola Voli mikasa @Rp. 250.000 x 2buah Rp500.000,00
3) Bola Sepak @Rp. 200.000 x 2 buah Rp 400.000,00
4) Kerucut / kun 1 set (10 buah) Rp 290.000,00
5) Peluit @Rp. 25.000 x 4 buah Rp. 100.000,00
6) Pembuatan set latihan Polymetrik
   a. Shuttle Run 1 set Rp. 245.000,00
   b. Zig zag and up down run 1 set Rp. 265.000,00
   c. Jump box 1 set Rp. 305.000,00
7) Pembuatan Ular Tangga Olahraga
   3 set @250.000 Rp. 750.000,00

8) Pembuatan Buku Panduan Permainan @Rp. 20.000 x 30 buah	Rp. 600.000,00
9) Sewa kamera dan laptop	Rp. 300.000,00 +
Jumlah	**Rp 4.655.000,00**

2) Dokumentasi

1) Cuci cetak	Rp. 360.000,00 +
Jumlah	**Rp. 360.000,00**

3) Transportasi

1) Pra Kegiatan	Rp. 300.000,00
2) Pelaksanaan Kegiatan	Rp. 500.000,00
3) Pasca Kegiatan	Rp. 200.000,00 +
Jumlah	**Rp. 1.000.000,00**

4) Pelaksanaan Penelitian dan Pengambilan Data

1) Penyiapan Instrumen	Rp. 100.000,00
2) Pembuatan Instrumen	Rp. 160.000,00
3) Konsumsi sampel 50 orang @Rp.10.000	Rp. 500.000,00
4) Analisis Data	Rp. 200.000,00 +
Jumlah	**Rp. 960.000,00**

5) Penyusunan Laporan

1) Kertas A4 2 @ Rp 25.000,00	Rp. 50.000,00
2) Tinta Printer 2 @ Rp 25.000,00	Rp. 50.000,00
3) Pembuatan MMT dan Banner	Rp. 250.000,00
4) Penggandaan	Rp. 160.000,00
5) Pengarsipan	Rp. 130.000,00 +
Jumlah	**Rp. 640.000,00**

6) Lain-lain	**Rp. 300.000,00 +**
Jumlah pengeluaran	**Rp7.915.000,00**

J. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2007. *ProsedurPenelitian, SuatuPendekatanPraktek.* Jakarta : Rineka Cipta.

Arsyad Azhar.2009.*Media Pembelajaran*.Jakarta: Rajawali Pers

Luthan, Rusli, dkk. 2000. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud

Luthan, Rusli.2000.*StrategiBelajarMengajarPenjaskes*. Jakarta: Depdiknas.

M. Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam*

Rusman. 2007. *Pendekatan dan Model Pembelajaran*. Bandung : Jurusan kurikulum dan Teknologi Pendidikan FIP-UPI.

Samsudi. 2005. *Desain Penelitian Pendidikan*. Semarang.Unnes Press

Soekarman. 1987. *Dasar Olahraga Untuk Pembina, Pelatih dan Atlet*. Jakarta: Inti dayu Press

Sudona, Anggani. 2000. *Sumber Belajar dan Alat Permainan Untuk Pendidikan Usia Dini*. Jakarta: PT. Grasindo.

Sugiyono. 2009. *Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.

Suherman, Adang. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta : Depdiknas.

Suyatno. 2005. *Permainan Pendukung Pembelajaran Bahasa dan Sastra*. Jakarta:Grasindo.

Syarifuddin Aip, dkk. 2002. *Panduan Olahraga Bolabasket*. PT Grasindo Wdisarana Cipta.

Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional

K. LAMPIRAN

1. BIODATA KETUA SERTA ANGGOTA KELOMPOK

- **Ketua Pelaksana Kegiatan**

1.	Nama	: Arief Abdul Malik
2.	N I M	: 6101409118
3.	Fakultas/Jurusan	: FIK/ PJKR, S1
4.	Semester	: VII
5.	Waktu untukKegiatan PKM	: 5 jam/minggu
6.	No. Telepon	: 0857 2726 9118

Ttd

(Arief Abdul M.)

- **Anggota Pelaksana**

Anggota 1

1.	Nama	: Susan Nita Budhi
2.	N I M	: 6101411225

14

5. Waktu untukKegiatan PKM : 3 jam/minggu
6. No. Telepon : 085725205766

Ttd

(Susan Nita Budhi)

Anggota 2

1. Nama : Didik Leska Saputra
2. N I M : 6101411129
3. Fakultas/Jurusan : FIK / PJKR, S1
4. Semester : III
5. Waktu untukKegiatan PKM : 3 jam/minggu
6. No. Telepon : 085741435177

Ttd

(Didik Leska S.)

2. **NAMA DAN BIODATA DOSEN PENDAMPING**

1. Nama Lengkap dan Gelar : Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd
2. Alamat : Jatisari Permai A.9 Mijen Jatisari Mijen Semarang
3. Golongan Pangkat : Penata Muda Tk.1/ III b
4. NIDN : 0025087510
5. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
6. Fakultas / prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan / PJKR
7. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang
8. Waktu kegiatan untuk PKM : 3 jam / minggu