

| | |
|---|---|
|  | KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN |
| | UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG |
| | Gedung H, Kampus Sekaran-Gunungpati, Semarang 50229 Telepon: (024) 8508081, Fax. (024) 8508082; Email: unnes@unnes.ac.id Website http://www.unnes.ac.id |

A. Biodata Dosen

| | | |
|------------------------|---|------------------------------------|
| NIP | : | 131571553 |
| NIP KONVERSI | : | 196012101986011001 |
| Nama | : | Drs. MARGONO M.Kes. |
| Prodi Asal | : | Pendidikan Kepelatihan Olahraga-S1 |
| Jabatan | : | - |
| Status Studi Lanjut | : | Studi lanjut dengan biaya sendiri |
| TMT Ijin Belajar | : | -error- |
| Jenis Kelamin | : | Laki-laki |
| Alamat Email | : | margonodosen pada domain yahoo.com |
| Pangkat/Golongan/Ruang | : | IV/a-Pembina (01-10-2005) |
| Jabatan Fungsional | : | Lektor Kepala (01-09-2005) |
| Mata Kuliah Pokok | : | ILMU KESEHATAN |

B. Penelitian

| NO | PENELITIAN |
|----|---|
| 1 | <p>Judul : Latihan pliometrik lompat dan loncat terhadap kekuatan tungkai, power tungkai, dan fleksibiliti siswa SMA Jakenen Pati</p> <p>Program : Tesis S2 Tahun : 1993 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber : pribadi</p> |
| 2 | <p>Judul : Efektivitas metode latihan dan kemampuan motorik terhadap hasil menendang bola kesasaran dalam sepakbola</p> <p>Program : DIK Tahun : 2008 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber :</p> |
| 3 | <p>Judul : Perbedaan pengaruh pola gerak lengan sejajar dan pola gerak lengan jantung terhadap kecepatan renang gaya dada</p> <p>Program : DIK Tahun : 1997 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber :</p> |
| 4 | <p>Judul : Pengaruh latihan beban dengan irama lambat dan irama cepat terhadap peningkatan daya tahan otot</p> <p>Program : DIK Tahun : 1997 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber :</p> |
| 5 | <p>Judul : Pengaruh panjang lengan, kekuatan otot bahu, otot punggung dan otot tungkai terhadap kecepatan renang gaya crawl</p> <p>Program : DIK Tahun : 1998 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber :</p> |
| 6 | <p>Judul : Pengaruh latihan lari interval tahan nafas terhadap prestasi lari 100 meter</p> <p>Program : DIK Tahun : 1999 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber :</p> |
| 7 | <p>Judul : Pengaruh latihan anaerobik terhadap glikogen otot pada tikus putih jenis rattus norvegikus wistar</p> <p>Program : DIKS Tahun : 1999 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber :</p> |
| 8 | <p>Judul : Latihan passing bawah dengan clenched fist method antar rotasi kebelakang dan keseberang arah lawan terhadap ketepatan passing bawah pada sekolah bolavoli Tugumuda Semarang</p> <p>Program : DIK Tahun : 2000 Status :</p> <p>Tim : -</p> <p>Sumber :</p> |

C. Pengabdian Kepada Masyarakat

| NO | PENGABDIAN |
|----|--|
| 1 | Judul : Pelatihan bolavoli mini bagi guru-guru penjas SD seKec. SEmarang Selatan Kodia Semarang Program : Fakultas Tahun : 1999 Status : Tim : - Sumber : DPP-SPP |
| 2 | Judul : Peningkatan dan Pembinaan prestasi Pelatih Sepakbola kec.Winong Kab. Pati Jawa Tengah Program : IKIP Semarang Tahun : 1991 Status : Ketua Tim : - Sumber : DPPSPP |