



Indeks Subjek

A

Action strength, 128
ADDIE, 1, 19, 27
Adenosin Triphosphate, 81
Aktivitas fisik, 91, 95
Audio visual, 41, 56, 58, 64, 65,
66, 67

B

Backswing, 44, 50, 51
Base strength, 127, 128
Biomechanics, 30
Biomekanika, 30, 40

C

Camp 4
Chair umpire, 56, 72, 73
Continuous cycling, 41, 103, 104,
106, 107, 109
Cycling with HIIT, 41, 103, 107,
109

D

Diagonal cone, 41, 141, 143, 144,
150, 151
Downswing, 44, 45, 51, 52

E

E-learning, 17
Ergotropic, 41, 99, 100, 107

F

Footwork step pattern, 30, 31, 32
Forehand spin, 41, 119, 121, 122

Free throw.. 1, 5, 7, 9, 11, 12, 13,
14, 15

Futsal, 41, 141, 142, 143, 144,
145, 151, 152, 153

G

Gairah fisiologis, 100
Gaya sentrifugal, 44
Gerak manipulatif, 95
Golf, 43, 45, 46, 53

H

Health Realated Fitness, 95
High Intensity Interval Training,
41, 104, 111

I

Ickey shuffle, 41, 156, 157, 160,
161, 162, 163
Intensitas latihan, 99
Irama musik, 90, 95

K

Kategori jalur pendek, 125
Kategori kecepatan, 125
Kategori rintisan, 125
Kekuatan otot dominan, 41
Kemampuan biomotorik, 155
Kesimbangan gerak tubuh, 44
Kompetensi wasit, 74
Komprehensif, 96
Konsentrasi 1, 5, 6, 7, 9, 12, 13,
14, 15
Konsumsi maksimal oksigen, 81

Kualitas tidur, 41, 100, 101, 102, 103, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112

L

Ladder drills in out, 41, 156, 161, 163

Langkah awalan, 30, 31, 32, 33, 38, 39

Latihan progresif, 155

Latihan tangga, 155

Liga desa, 30

Long drive swing, 41, 45, 52

M

Maximum strength, 128

Media interaktif, 18, 19

Model pembelajaran, 19, 26

Motorik, 25

Muscular endurance, 128

O

Overhang, 128

Overtraining, 107

P

Panjang tebing, 41, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133

Pemilihan waktu, 100

Penataran wasit tenis, 56, 75, 77, 78

Pencegahan cedera, 42

Penurunan gaya, 38

Percaya diri, 41, 128, 129, 131, 134, 135, 136

Performa, 30, 31, 32, 34, 37, 38, 39

Persepsi, 73

Pola langkah, 30, 31

Produktivitas kerja, 71

R

Rally, 26

Recovery, 41, 110, 112

Respiratori cardiovascular, 82

Roll spin, 41

Rope jump, 41, 141, 143, 144, 150, 151

Rute roof, 128

S

Self confidence, 41, 129, 130

Senam irama, 41, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96

Sistem *leading*, 125

Speed radar gun, 47

Stabilitas emosional, 25

Step up, 41, 141, 143, 144, 150, 151

Stress oksidatif, 109

Swing golf, 43, 44, 52

T

Tenaga keolahragaan, 71

Trophotropic, 41, 99, 100, 107

U

Unskill golf player, 41, 45



Indeks Penulis

A

Achmad Muchlisin Natas	
Pasaribu	89
Agung Widodo	154
Agus Rusdiana	41
Anak Agung Ngurah Putra	
Laksana	124
Andun Sudijandoko	140, 154
Angga M. Syahid	51

B

Bayu Hardiono	124
Budiman Agung Pratama	124

D

Danang Ari Santoso	29
Debi Dori Fernando	70
Dedi Iskandar	1
Dede Rohmat Nurjaya	41
Destriana	16
Destriani	16

E

Endang Switri	16
---------------	----

F

Faried Fatchurrahman	154
----------------------	-----

G

Gilang Ramadan	1
----------------	---

H

Hadi Hartanto	41
Hendra Mashuri	89
Herri Yusfi	16

I

Ibnu Fatkhu Royana	113
--------------------	-----

K

Kunjung Ashadi	98
----------------	----

L

Laily Mita Andriana	98
---------------------	----

M

M. Rian Dermawan	55
Moh. Agung Setiabudi	29

N

Novri Gazali	55
Nurkadri	124

R

Randi Sofyan Furqoni	140
Ridwan Sinurat	80
Rices Jastru	70
Romi Cendra	55

T

Tubagus Herlambang	113
--------------------	-----

U

Utwi Hinda Zhannisa	11
---------------------	----



Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih dan apresiasi setinggi-tingginya atas kerjasama dan dedikasi Mitra Bebestari untuk menelaah artikel yang telah dipublikasikan dalam Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran pada edisi Volume 5 Nomor 1 Mei 2019.

Berikut ini adalah nama-nama yang telah berpartisipasi sebagai Mitra Bebestari pada Jurnal SPORTIF:

1. Prof. Dr. Yustinus Sukarmin, MS. (Universitas Negeri Yogyakarta)
2. Prof. Dr. M. E. Winarno, M.Pd. (Universitas Negeri Malang)
3. Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd. (Universitas Sebelas Maret Surakarta)
4. Dr. M. Muhyi Faruq, M.Pd. (Universitas Adi Buana Surabaya)
5. Kunjung Ashadi, S.Pd., M.Fis. (Universitas Negeri Surabaya)
6. Dr. Mirza Hapsari Sakti Titis Penggalih., S.Gz. MPH. (Universitas Gadjah Mada Yogyakarta)
7. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D. (Universitas Pendidikan Indonesia)
8. Ricky Wibowo, M.Pd. (Universitas Pendidikan Indonesia)
9. Jusuf Blegur, M.Pd. (Universitas Kristen Artha Wacana)



GAYA SELINGKUNG PENULISAN
Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran
Program Studi Penjasokesrek
Universitas Nusantara PGRI Kediri



Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran merupakan jurnal elektronik yang dibentuk oleh Program Studi Penjasokesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri dan melibatkan para reviewer yang kompeten di bidangnya baik di dalam maupun di luar Universitas Nusantara PGRI Kediri. Tujuan Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran adalah sebagai wadah publikasi penelitian dan tulisan para praktisi/ilmuan dalam bidang olahraga. Tulisan merupakan tulisan asli (bukan plagiat).

FORMAT PENULISAN SECARA UMUM

Menggunakan penulisan yang sesuai Ejaan Bahasa Indonesia yang Disempurnakan (EYD). Ketik rapi pada kertas **A4, font 12 Arial, margin (atas, kiri, kanan, bawah) 3433, spasi 1,5 dan maksimal 15 halaman** (terhitung dari judul hingga daftar pustaka/lampiran yang diperlukan jika ada). Naskah yang diterima bisa berbahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Pengaturan untuk jarak spasi sangat diperhatikan (*before and after spacing* harus 0 (nol)). Jarak antar bab, subbab, dengan anak bab hanya berjarak 1 spasi (1 kali enter). *First line indent* pada penulisan awal paragraf menjorok ke dalam 9 huruf (1,1 cm). **Secara umum naskah ajuan terdiri atas judul, abstrak, pendahuluan, metode, hasil, pembahasan (analisis), kesimpulan, saran dan daftar pustaka.** Penambahan bab atau subbab tergantung pada format penelitian atau naskah pengirim dengan tidak menyalahi penulisan karya tulis ilmiah.

**perhatikan dan taati aturan format penulisan secara umum, guna kelancaran seleksi dan pertimbangan penerimaan naskah Anda.*

Untuk keseragaman penulisan, khusus naskah penelitian asli harus mengikuti sistematika sebagai berikut:

1. Judul (*Title*)
2. Nama dan Lembaga Pengarang (*Authors and Institution*)
3. Abstrak (*Abstract*)
4. Naskah (*Text*), yang terdiri atas:
 - Pendahuluan (*Introduction*)
 - Metode (*Methods*)
 - Hasil (*Results*)
 - Pembahasan (*Discussion*)
 - Kesimpulan (*Conclusion*)
 - Saran (*Recommendation*)
5. Daftar Pustaka (*Reference*)

PENJELASAN PENULISAN SECARA RINCI

Penulisan Judul

Judul ditulis secara singkat, jelas, dan padat yang akan menggambarkan isi naskah. Ditulis tidak terlalu panjang, maksimal **20 kata** dalam bahasa Indonesia. Ditulis di bagian tengah atas dengan *Sentence case* (huruf pada kata pertama diketik besar), tidak digarisbawahi, tidak ditulis di antara tanda kutip, tidak diakhiri tanda titik(.), tanpa singkatan, kecuali singkatan yang lazim.

Contoh :

**Upaya meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli melalui
penggunaan modifikasi bola**

Penulisan Nama Pengarang

Dibuat taat azas tanpa penggunaan gelar dan dilengkapi dengan penjelasan asal instansi atau universitas. Penulisan nama pengarang dimulai dari pengarang yang memiliki peran terbesar dalam pembuatan artikel.

Contoh :

Aba Sandi Prayoga¹ dan Andri Kustiawan²
^{1,2}Penjaskesrek STKIP MODERN Ngawi
E-mail : *aba_sandy@yahoo.com*

Penulisan Abstrak

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (tujuan, metode, hasil, diskusi dan kesimpulan). Panjang maksimal **200** kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam **Bahasa Indonesia** dan **Bahasa Inggris**. Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 3-6 kata benda.

Penulisan Pendahuluan

Pendahuluan mengantarkan pembaca kepada topik utama. Latar belakang atau pendahuluan menjawab mengapa penelitian atau kajian dilakukan, apa yang dilakukan peneliti terdahulu atau artikel keilmuan yang sekarang berkembang, masalah, dan tujuan. Pada bab ini juga ditekankan adanya kejelasan pengungkapan *background of problem*, perbedaan dengan penelitian sebelumnya, dan kontribusi yang akan diberikan.

Penulisan Metode atau Cara dan Bahan

Penulisan metode berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik pengukuran data, dan analisis data. Sebaiknya menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah.

Penulisan Hasil

Pada penulisan hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Penyajian hasil dan ketajaman analisis (dapat disertai tabel dan gambar untuk memudahkan pemahaman)

Penulisan Pembahasan

Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Jelaskan arti statistik (misal $p < 0.001$, apa artinya? dan bahas apa arti kemaknaan. Sertakan juga bahasan dampak penelitian dan keterbatasannya.

Penulisan Kesimpulan

Kesimpulan berisikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka.

Penulisan Tabel

Judul tabel di tulis dengan *title case*, subjudul ada pada tiap kolom, sederhana, tidak rumit, tunjukkan keberadaan tabel dalam teks (misal lihat tabel 1), dibuat tanpa garis vertical, dan ditulis diatas tabel.

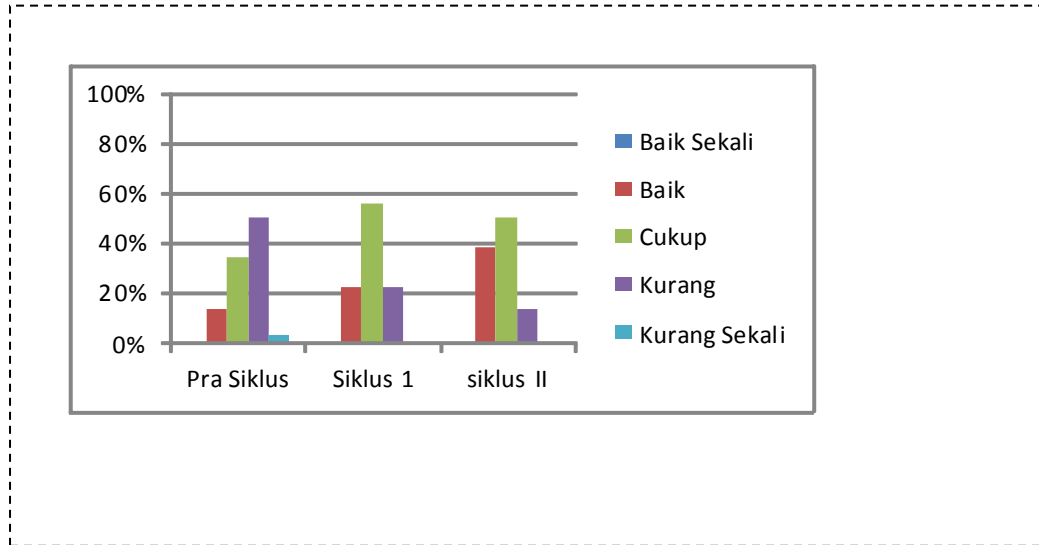
Tabel 1. Power Otot Tungkai Siswa Kelas 5 SD

Jenis Daerah	Power (J/s)
Daerah pantai	14497
Dataran rendah	15059.25833
Dataran tinggi	22198.62857

Penulisan Gambar

Judul gambar ditulis dibawah gambar.

Contoh :



Gambar 8. Perbandingan Hasil Belajar Servis bawah Bolavoli

Penulisan Daftar Pustaka

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 10 sumber, disarankan berasal dari artikel jurnal nasional dan internasional.

JUDUL NASKAH (Maksimal 12 Kata)

[Arial 12, UPPERCASE, bold, centered]

Penulis¹, Penulis², Penulis³

[Arial 12, Capitalize Each Word, bold, centered]

^{1,2} Afiliasi Penulis, ³ Afiliasi Penulis

¹e-mail penulis1, ²e-mail penulis2, ³e-mail penulis3

[Arial 12, Capitalize Each Word, bold, centered]

Abstrak

[Arial 11, Capitalize Each Word, bold, centered]

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (pendahuluan, metode, hasil, diskusi dan kesimpulan). Panjang 150 - 200 kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris. Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 5-8 kata benda. Abstrak Bahasa Indonesia dan kata kunci ditulis tegak. *[Arial 11, justified]*

Kata kunci: harus ditulis sebanyak 3-6 kata, m dipisahkan dengan koma

[Arial 11, justified]

JUDUL NASKAH DALAM BAHASA INGGRIS (Maksimal 12 Kata)

[Arial 12, UPPERCASE, bold, centered]

Abstract

[Arial 11, Capitalize Each Word, bold, centered]

Abstract is a miniature of the article as the main picture of the reader of your article. Abstract contains all components of the article concisely (introduction, methods, results, discussion and conclusions). Length of 150-200 words (may not be outside of this provision), do not write citation references, and are written in one paragraph. Abstracts are written in Indonesian and English. Equipped with keywords as many as 5-8 nouns. Indonesian abstracts and keywords are written upright. [Arial 11, italic, justified]

Keywords: must be written in 3-6 words, m separated by commas [Arial 11, justified]

PENDAHULUAN

Pendahuluan mengantarkan pembaca kepada topik utama. Latar belakang atau pendahuluan menjawab mengapa penelitian atau kajian dilakukan, apa yang dilakukan peneliti terdahulu atau artikel keilmuan yang sekarang berkembang, masalah, dan tujuan. *[Arial 12, justified, 1,5 spasi]*

METODE

Penulisan metode berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik pengambilan data, dan analisis data. Sebaiknya menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah. [*Arial 12, justified, 1,5 spasi*]

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penulisan hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Hasil bisa dalam bentuk tabel, teks, atau gambar.

Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Bandingkan hasil temuan dengan teori yang relevan. Perkuat hasil temuan dengan penelitian relevan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan berisikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka.

UCAPAN TERIMA KASIH (Jika ada)

Ucapan terima kasih hanya dituliskan jika dianggap penting untuk ditulis terkait sumber pendanaan (*funding*), akses data dan pembimbingan.

DAFTAR PUSTAKA

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 10 sumber. Pustaka menggunakan ***American Psychological Association (APA) Six Edition*** wajib menggunakan reference management (Mendeley, Zotero atau Endnote).

Pustaka Primer (Jurnal):

Hanief, Y., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 60-73. doi:10.29407/js_unpgri.v1i1.575

Buku Teks:

Maksum, A. (2008). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Univesity Press.

Prosiding:

Nurkholis, Moh. (2015). Kontribusi Pendidikan Jasmani dalam Menciptakan SDM yang Berdaya Saing di Era Global. *Prosiding. Seminar Nasional Olahraga UNY Yogyakarta*; 192-201.

Skripsi/Tesis/Disertasi:

Hanief, Y.N. (2014). Pengaruh Latihan Pliometrik dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 50 M. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Internet:

Asnaldi, Arie. Pendidikan Jasmani. <http://artikel-olahraga.blogspot.co.id/>
Diakses tanggal 1 Januari 2015.