

"Olahraga Sebagai Wujud Kemandirian Mahasiswa Indonesia"



dalam rangka

PEKAN OLAHRAGA MAHASISWA NASIONAL (POMNAS) XIII TAHUN 2013 DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA



Proceedings Seminar Nasional Olahraga dalam rangka Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS) XIII DIY 2013

"Olahraga Sebagai Wujud Kemandirian Mahasiswa Indonesia"

Penerbit:

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Tim Seleksi Naskah:

Suhadi, M.Pd. Soni Nopembri, M.Pd. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.

Editor:

Saryono, M.Or. Sukinah, M.Pd. Danang Wicaksono, M.Or. Fathan Nurcahyo, M.Or Rahmat Nurcahyo, M.A.

Editor Pelaksana:

Fathurrohman Arjuna, M.Or. Heri Yoga, M.Or. Nur Sita Utami, M.Or.

Desain Sampul:

Sugeng Setia Nugroho, A.Md.

Sekretariat:

Kemahasiswaan Universitas Negeri Yogyakarta 55281 Jl. Colombo No. 1 Karangmalang, Yogyakarta. Telp./Fax. (0274) 548205, 562634 Website: www.pomnasdiy.com

Tulisan yang dimuat di Proceedings belum tentu merupakan cerminan sikap dan atau pendapat Penyunting Pelaksana, Penyunting, dan Penyunting Ahli. Tanggung jawab terhadap isi dan atau akibat dari tulisan, tetap terletak pada penulis. Artikel yang dimuat dalam proceeding ini dinyatakan sah dengan dilengkapi surat keterangan presentasi.

DAFTAR ISI

Kata Pengantar Daftar Isi	iii iv
Dattal isi	IV
PRESTASI OLAHRAGA SEBAGAI IDENTITAS DAN KARAKTER BANGSA	
Oleh: Prof. Dr. Djoko Pekik Irianto, M.Kes., AIFO.	
Deputi Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga Kementerian Pemuda dan Olahraga RI	
PERAN PERGURUAN TINGGI DALAM MENDUKUNG PRESTASI OLAHRAGA	
Oleh: Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. M.A.	
Rektor Universitas Negeri Yogyakarta	
OLAHRAGA MAHASISWA UNTUK DUNIA	
Oleh: Prof. Dr. Mulyana, M.Pd.	
PP BAPOMI	
Membangun Perilaku Empati Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Pembelajaran	
Pendidikan Jasmani	
Oleh: Nurhadi Santoso	4 40
Universitas Negeri Yogyakarta	1 - 10
Pemetaan Kompetensi Lulusan Penjaskes. Program Studi Pendidikan Jasmani dan	
Kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu 2013.	
Oleh: Dian Pujianto, Tono Sugihartono, Syafrial, Bayu Insanistyo	
Universitas Bengkulu	11 - 15
Tingkat pengetahuan mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY Terhadap Pembelajaran	
Permainan Sepakbola Melalui Pendekatan Taktik	
Oleh: Yudanto	
Universitas Negeri Yogyakarta	16 - 26
Pembelajaran Berbasis Blended Learning (PBBL) Untuk Meningkatkan Softskill Mahas	siswa
Oleh: Febrita Paulina Heynoek, Wasis Djoko Dwiyogo, Sri Purnami	
Universitas Negeri Malang	27 - 37
Konsep Pendidikan Jasmani Untuk Anak Usia Dini	
Oleh: Aris Fajar Pambudi	
Universitas Negeri Yogyakarta	38 - 46
Standarisasi Tes Keterampilan Bola Basket STO Sebagai Tes Baku Untuk Mahasiswa	
FIK UNY Dalam Mata Kuliah Dasar Gerak Bola Basket	
Oleh: Tri Ani Hastuti, Budi Aryanto	
Universitas Negeri Yogyakarta	47 - 58
Persepsi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SD Tentang	
Pendidikan Karakter Di Kabupaten Kulon Progo	
Oleh: Sriawan	F0 =0
Universitas Negeri Yogyakarta	59 - 70

Tiga Pilar Struktur Pembangunan Olahraga di Indonesia	
Oleh: Suhadi	71 - 78
Universitas Negeri Yogyakarta	/1-/0
Pengembengan Gerak Dasar Multilateral Sebagai Dasar Pembelajaran Atletik Pada	
Kelas Permulaan SD Dengan Menggunakan Pendekatan Pembelajaran Aktif,	
Kreatif, Efektif Dan Menyenangkan	
Oleh: Athar, H. Sarmidi, Said Abdillah, Mashud Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin	79 - 96
Offiversitas Lamburg Mangkurat Danjamiasin	79-90
Pengetahuan Mahasiswa Terhadap Model Pembelajaran Pendekatan Taktik	
(Teaching Games For Understanding)	
Oleh: Soni Nopembri	
Universitas Negeri Yogyakarta	97 - 105
Keterampilan Bermain Futsal	
Oleh: Agus Susworo Dwi Marhaendro	
Universitas Negeri Yogyakarta	106 - 119
Offiversitas Negeri Togyakarta	100 115
Pengembangan Media Berbantuan Komputer Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasma	ni,
Olahraga, Dan Kesehatan SMA	,
Oleh: Nur Rohmah Muktiani , Tri Ani Hastuti, A.Erlina L	
Universitas Negeri Yogyakarta	120 - 128
Makes Olahyana Di Bayanyuan Tinggi	
Makna Olahraga Di Perguruan Tinggi Oleh: Suharjana	
Universitas Negeri Yogyakarta	129 - 137
3 3,	
Umpan Balik Terhadap Tugas Rangkuman Aktivitas Diskusi Dan Presentasi	
Guna Meningkatkan Prestasi Belajar Mahasiswa	
Oleh: Supriyadi	120 162
Universitas Negeri Malang	138 - 163
Pengembangan Kebugaran Melalui Olahraga Traditional Bali Bagi Siswa SD	
Oleh: I Kadek Happy Kardiawan	
Universitas Pendidikan Ganesha Bali	164 - 175
Pemetaan Tugas Akhir Skripsi (TAS) Mahasiswa Program Studi PJKR Tahun 2012	
Oleh: Amat Komari, Erwin Setyo K, Fathan Nurcahyo	476 400
Universitas Negeri Yogyakarta	1/6 - 188
Peran Guru Dalam Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Bermain	
Hula Hop	
Oleh: Sri Sumarni	
Universitas Sriwijaya	189 - 196
Identifikasi Hambatan Komunikasi Yang Berimplikasi Pada Efektivitas Dan	
Ketercapaian Tujuan Latihan Anggota Ukm Olahraga	
Universitas Negeri Yogyakarta Oleh: Eka Novita Indra	
Universitas Negeri Yogyakarta	197 - 207

Pembelajaran Permainan Tradisional Melalui Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini (Kajian Aspek Sosial Budaya Permainan Tradisional) Oleh: Banu Setyo Adi	
Universitas Negeri Yogyakarta	208 - 217
oniversitus Negeri Togyakarta	200 217
Efek Latihan Insanity Terhadap Komponen Biomotor Tubuh	
Oleh: Apta Mylsidayu, Mia Kusumawati	
UNISMA Bekasi	218 - 229
Model Alat Pemukul Permainan Karonball	
Oleh: Hedi Ardiyanto Hermawan	
Universitas Negeri Yogyakarta	230 - 239
Pengaruh Pelatihan Plyometric Dan Tingkat Kelentukan Terhadap Kecepatan Lari	
30 Meter	
Oleh: Ruruh Andayani Bekti Universitas Negeri Yogyakarta	240 - 247
Reliabilitas Dan Validitas Tes Kemampuan Mengatasi Stress Dalam Olahraga	
Acsi - 28 (Athletic Coping Stress Inventory – 28) Dalam Bahasa Indonesia	
Oleh: Kurniati Rahayuni, Moch. Yunus, Riyadh Fadil	240 250
Universitas Negeri Malang	248 - 259
Pengaruh Latihan Senam Aerobik Terhadap Indeks Massa Tubuh Dan Asam Lemak	
Bebas Pada Remaja Putri Obesitas	
Oleh: Moch. Yunus	
Universitas Negeri Malang	260 - 270
Breathing Exercise Untuk Meningkatkan Kemampuan Menyelam	
Oleh: Widiyanto	
Universitas Negeri Yogyakarta	271 - 277
Kemandirian, Prestasi Olahraga Merupakan Hubungan Sinergis Dan Ideal Bagi	
Mahasiswa Kepelatihan Olahraga	
Oleh: Danang Wicaksono	
Universitas Negeri Yogyakarta	278 - 285
Mahasiswa Yang Bugar Dan Mandiri Menuju Prestasi	
·	
Oleh: F. Suharjana	286 - 294
Universitas Negeri Yogyakarta	200 - 294
Model Latihan Yang Cocok Untuk Lansia Agar Memiliki Kebugaran Yang Baik	
Oleh: CH. Fajar Sri W.	
Universitas Negeri Yogyakarta	295 - 302
Purposive Behavior Dalam Pencapaian Flow Pada Penampilan Atlet	
Oleh: Wasti Danardani	
Universitas Pendidikan Ganesha Pali	303 - 300

Pengembangan Komponen Fisik Untuk Peningkatan Prestasi Atlet	
Oleh: Waluyo	
Universitas Sriwijaya	310 - 317
Karakteristik Lactate Threshold Pada Atlet Taekwondo Daerah Istimewa Yogyakarta	
Selama Kompetisi	
Oleh: Widiyanto, Devi Tirtawirya, Awan Hariono	
Universitas Negeri Yogyakarta	318 - 327
Pemulihan (Recovery) Setelah Latihan Fisik	
Oleh: Hajar Danardono	
UTP Surakarta	328 - 335
Perkembangan Latihan Daya Tahan Aerobik Siswa SSO Real Madrid Foundation Yogyakarta	
Oleh: Nawan Primasoni	
Universitas Negeri Yogyakarta	336 - 344
Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Kecepatan Reaksi Tangan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Pukulan Depan Dalam Pencak Silat Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Sriwijaya	
Oleh: Maskur Ahmad	
Universitas Sriwijaya	345 - 365
Peningkatan Physical Efficiency Index Setelah Latihan Senam Aerobik High Impact, Low Impact, Dan Mix Impact Oleh: Karlina Dwijayanti, Hajar Danardono	
UTP Surakarta	366 - 380
Evaluasi Serapan Mahasiswa PKO 2012 Dalam Mengikuti Kuliah Dasar Gerak Senam	
Oleh: Ratna Budiarti	
Universitas Negeri Yogyakarta	381 - 390
Analisis Kualitatif Cabang Olahraga Atletik (Tolak Peluru) Oleh: Ucok Hasian Refiater	
Universitas Negeri Gorontalo	391 - 398
Perkembangan Kecakapan Olahraga Bolavoli	
Oleh: Yuyun Ari Wibowo	
Universitas Negeri Yogyakarta	399 - 405
Pola Pelatihaan Anak Usia Dini Pada Cabang Olahraga Bulutangkis	
Oleh: Luh Putu Tuti Ariani, Ni Luh Kadek Alit Arsani	
Universitas Pendidikan Ganesha Bali	406 - 413
Pembinaan Mahasiswa PJKR Melalui Olahraga Menuju Kemandirian	
Oleh: Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari	
Universitas Negeri Yogyakarta	414 - 421
Membangun Kemandirian Anak Anak, Remaja Dan Dewasa Untuk Berolahraga	
Oleh: Ahmad Nasrulloh	
Universitas Negeri Yogyakarta	422 - 431

Menjaga Kebugaran Jasmani Dengan Bersepeda	
Oleh: Fatkurahman Arjuna	
Universitas Negeri Yogyakarta	432 - 440
Kafein Sebagai Zat Ergogenik, Seberapa Efektifkah?	
Oleh: Muhammad Ikhwan Zein	
Universitas Negeri Yogyakarta	441 - 449
Olahraga Sebagai Identitas Dan Kemandirian Bangsa	
Oleh: Sigit Nugroho	
Universitas Negeri Yogyakarta	450 - 459
Kebugaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan FKIP	
Universitas Sriwijaya	
Oleh: Giartama	
UTP Surakarta	460 - 469
Implementasi Permainan Tradisional Megoak-Goakan Dalam Upaya Mengembangkan Industri Olahraga Pariwisata Berbasis Budaya Lokal Di Kabupaten Buleleng-Bali	
Oleh: I Made Budiawan	
Universitas Pendidikan Ganesha Bali	470 - 475
Tingkat Kesegaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD)	
Penjas Kelas B Angkatan 2012 Wates Yogyakarta	
Oleh: A. Erlina Listyarini	
Universitas Negeri Yogyakarta	476 - 485
Jogging Sebagai Sarana Olahraga Dan Rekreasi	
Oleh: Endang Sri Wahjuni	
Universitas Negeri Surabaya	486 - 496
Asosiasi Potensi Seni Pencak Silat Pada Status Kondisi Sakral Sebagai Hiburan Turis	
Oleh: Ni Luh Putu Spyanawati, Kadek Yogi Parta Lesmana	
Universitas Pendidikan Ganesha Bali	497- 502
Analisis Secara Biomekanika Terhadap Kekerapan Kesalahan Pada Teknik Gerak	
Tangkisan 4 Dalam Pertandingan Anggar (Kajian Spesifikasi Senjata Floret)	
Oleh: Faidillah Kurniawan	
Universitas Negeri Yogyakarta	503 - 519
Manajemen klub olahraga Sekolah dasar	
Oleh: Lismadiana	
Universitas Negeri Yogyakarta	520 - 530
Mengembangkan Pariwisata Bali Dan Potensi Ekonomis Melalui Sepakbola Pantai	
Oleh: I Made Satyawan & I Nyoman Sudarmada	
Universitas Pendidikan Ganesha Bali	531- 535
Penggunaan NSAID Pada Cedera Olahraga	
Oleh: Sendhi Tristanti Puspitasari	
Universitas Negeri Malang	537 - 545

Tubing Sebagai ikon Olahraga Pariwisata Di Bali	
Oleh: I Wayan Muliarta	
Universitas Pendidikan Ganesha Bali	546 - 555
Intervensi Media Massa Pada Olahraga: Suatu Pandangan Multidimensi	
Oleh: Yustinus Sukarmin	
Universitas Negeri Yogyakarta	556 - 565
Permainan Tradisional "Betengan" Sebagai Metode Permainan Untuk Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini	
Oleh: Slamet Junaedi, Isfauzi Hadi Nugroho	
Universitas Nusantara PGRI Kediri	566 - 571
Hubungan Persepsi dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Penjas Pada	
Siswa Kelas VIII Di SMPN 2 Lengkong Kabupaten Nganjuk	
Oleh: Wasis Himawanto	
Universitas Nusantara PGRI Kediri	572 - 586