JIPMAS : Jurnal Visi Pengabdian Kepada Masyarakat
pp 169-181
https://ejournal.uhn.ac.id/index.php/pengabdian

A Physical Fitness Coaching Clinic for Physical Education Teachers in Kapuas Hulu District

Stephani Yane[1], Rio Wardhani[2*], Iskandar[3], Awang Roni Effendi[4], Heri Rustanto[5], Yenni Rizal[6]
[12345]Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Pontianak, Indonesia
[6]Program Studi Bimbingan Konseling Universitas PGRI Pontianak, Indonesia
Stephaniyane@gmail.com[1], ryowardhani@gmail.com[2], oezoe81@gmail.com[3], awangalghala80@gmail.com[4], rustantoheri@gmail.com[5], rizalyenni@yahoo.co.id[6]

Abstract
Physical education is a discipline that studies health, physical development, and student skills through sports activities. PJOK (Physical Education, Sports, and Health) teachers play an important role in the physical education system. In addition to teaching, they are responsible for educating students about health and physical fitness. To improve the competence of PJOK teachers to become professionals with the hope of enhancing the quality of learning, a physical fitness coaching clinic was conducted for PJOK teachers in Kapuas Hulu Regency. The procedures carried out included the distribution of a pre-test questionnaire to assess understanding of physical fitness, in-depth material sessions, practical measurement of physical fitness, and the distribution of a post-test questionnaire to evaluate the results of the activities. This program was attended by PJOK teachers from junior high schools (SMP), senior high schools (SMA), and vocational schools (SMK) throughout Kapuas Hulu Regency.
Kata Kunci: Coaching Clinic, Physical Fitness, Physical Education Teacher

Abstrak
Pendidikan jasmani merupakan ilmu yang mempelajari pada kesehatan, pengembangan fisik, keterampilan siswa melalui aktivitas olahraga. Guru PJOK memiliki peran penting dalam sistem pendidikan jasmani. Selain mengajar, guru memiliki tanggung jawab untuk mendidik kesehatan dan kebugaran fisik pada siswa. Meningkatkan kompetensi guru PJOK untuk menjadi professional dengan harapan kualitas pembelajaran lebih baik maka dilaksanakan coaching clinic kebugaran jasmani bagi guru PJOK Kabupaten Kapuas Hulu. Prosedur yang diberikan yaitu, penyebaran angket (pre-test) pemahaman kebugaran jasmani, pendalaman materi, praktik pengukuran kebugaran jasmani, dan penyebaran angket (post-test) hasil pelaksanaan yang sudah diberikan. Kegiatan ini diikuti guru PJOK tingkat SMP, SMA dan SMK Se-Kabupaten Kapuas Hulu.
Kata Kunci: Coaching Clinic, Kebugaran Jasmani, Guru Pendidikan Jasmani

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Peningkatan sumber daya manusia sangat perlu dilakukan, terutama bagi guru PJOK. Semakin berkembangnya teknologi membuat para guru harus menyesuaikan perkembangan jamannya. Masih banyak guru PJOK yang belum mengupdate tentang kemajuan atau perubahan terkait peraturan-peraturan yang telah disahkan. Hal ini bisa

terjadi karena beberapa faktor diantaranya kurangnya informasi yang didapatkan, belum memahami cara memanfaatkan teknologi, fasilitas yang tidak memadai seperti faktor jalan rusak yang jauh dari pemukiman kota. Sumber daya manusia harus ditingkatkan agar mampu beradaptasi dengan paradigma dimasa mendatang sehingga kompetensi SDM mampu dimaksimalkan dan dimanfaatkan (Tahar et al., 2022)

Kalimantan Barat merupakan salah satu provinsi yang memiliki jumlah penduduk lumayan padat. Untuk di Kabupaten Kapuas Hulu sendiri memiliki kependudukan berjumlah 268.840 jiwa dengan rata-rata memiliki profesi sebagai guru (Budiman, 2023). Kabupaten ini merupakan daerah yang masuk dibagian pesisir dan jauh dari kota. Banyak guru PJOK di daerah ini yang belum mengetahui tentang perkembangan pendidikan khususnya di dunia olahraga. Kurangnya pengetahuan ini disebabkan karena beberapa faktor diatas, seperti kurangnya informasi karena terkendala sinyal, rusaknya jalan di daerah pedalaman sehingga dijangkau untuk memperoleh informasi.

Guru PJOK memiliki peran penting dalam mempersiapkan peserta didik untuk dimasa depan. Peran guru PJOK sangat dibutuhkan dalam proses belajar karena dapat meningkatkan hasil belajar (Fauzi et al., 2021). Melalui peran guru PJOK, siswa dapat mengetahui keminatannya untuk mengejar keterampilan karier dibidang olahraga, kesehatan dan pendidikan jasmani. Mengembangkan karier siswa bukan hanya tentang prestasi yang diraih tetapi membutuhkan beberapa aspek yang mendukung, salah satunya perkembangan fisik. Fisik yang baik mencakup pertumbuhan fisik, motorik kasar dan motorik halus (Harianja et al., 2023).

Kebugaran fisik suatu bagian unsur penting untuk melakukan aktivitas fisik dengan efektif dan efisien. Dalam hal ini Kementerian Pemuda dan Olahraga (kemenpora) mengeluarkan kebijakan tentang Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN). Kebijakan tersebut dituang dalam Peraturan Presiden Republik Indonesia nomor 86 Tahun 2021 tentang Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang berpartisipasi aktif berolahraga dengan tingkat kebugaran jasmani baik. Menurut (Azizurrohman et al., 2024) aktivitas fisik membutuhkan tenaga dan energi sehingga kebugaran jasmani tetap harus terjaga. Dalam kebugaran jasmani memiliki unsur-unsur yang dilibatkan, diantaranya: (1)

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903

status masa tubuh, (2) fleksibilitas tubuh, (3) kekuatan dan daya tahan otot, (4) kelincahan, (5) kesanggupan kerja jantung dan paru-paru.

Minimnya fasilitas seperti akses sinyal untuk memperoleh informasi terkait perkembangan dunia olahraga menjadi faktor utama yang dialami oleh mitra. Dibidang pendidikan, sinyal komunikasi seperti internet sangat dibutuhkan dalam proses belajar dan pembelajaran serta pencarian informasi terkait lembaga pendidikan (Maharani et al., 2021). Hal lain, guru PJOK di Kabupaten Kapuas Hulu belum pernah mengukur kebugaran jasmani siswanya. Ini disebabkan kurangnya pengetahuan pada guru PJOK setempat serta fasilitas pendukung yang tidak memadai. Masalah ini memberikan dampak negatif terkait perkembangan pendidikan jasmani. Secara kesehatan, kebugaran jasmani pada siswa bisa menurun. Padahal kebugaran jasmani siswa sangat dibutuhkan dalam proses penerimaan materi pembelajaran. (Pramita et al., 2023) menjelaskan penurunan kebugaran jasmani siswa memberikan dampak peningkatan resiko kesehatan mental dan konsentrasi belajar. Dengan adanya kendala tersebut, banyak guru di daerah Kabupaten Kapuas Hulu tidak mengetahui cara mengukur kebugaran jasmani siswa. Maka dari itu tim pengabdi melaksanakan coaching clinic kebugaran jasmani bagi guru PJOK di Kabupaten Kapuas Hulu.

TINJAUAN PUSTAKA

1. Kebugaran Jasmani

Aspek kebugaran jasmani memiliki peran penting dalam mendukung proses kegiatan peserta didik di sekolah. Kondisi fisik siswa dapat menentukan kesiapan mereka dalam mengikuti proses pembelajaran (Wardhani et al., 2025). Di lingkungan pendidikan, kebugaran jasmani siswa harus sering dipraktekkan sehingga kondisi tubuh siswa dapat diketahui oleh seorang guru dan menunjang aktivitas pembelajaran olahraga. (Maulana et al., 2024) menjelaskan dengan dilaksanakan tes kebugaran jasmani, tolak ukur kemampuan dan kesiapan siswa dapat diketahui. Jika guru PJOK jarang mengukur kebugaran jasmani siswa, maka kondisi atau kesiapan siswa dalam menerima pembelajaran dapat memperlambat proses penerimaan materi yang diberikan. Terlebih kesehatan fisik siswa dapat menurun sehingga menimbulkan penyakit metabolik. Kebugaran jasmani memiliki beberapa komponen diantaranya indeks massa tubuh, fleksibilitas, daya tahan otot, keseimbangan dan daya tahan

jantung (Yane et al., 2024). (Juhanis et al., 2025) keterlibatan antara kebugaran jasmani dan olahraga, sangat berkaitan erat dengan kesehatan jangka panjang dan kapasitas untuk aktivitas sehari-hari.

2. Peningkatan Kompetensi Profesional

Seiring perkembangan zaman, kebugaran jasmani mengalami perubahan konsep dari paradigma menjadi pendekatan holistik yang meliputi aspek fisik, mental, sosial dan emosional. guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) tidak hanya bertugas mengajar pengetahuan olahraga tetapi juga sebagai pendidik kesehatan dan kebugaran yang merupakan tanggungjawab penting membentuk pola hidup sehat. Kualitas pembelajaran PJOK akan meningkat jika memperhatikan kebugaran jasmani siswa (Suwarni et al., 2024). Peningkatan kompetensi dapat diperhatikan dengan pelatihan modern dan teknik pengajaran yang lebih efektif. Jika guru termotivasi untuk meningkatkan keprofesionalannya maka dapat meningkatkan hasil belajar siswa (Sunarsih, 2018). Profesional seorang guru PJOK diperhatikan pada kemampuan dalam merancang pembelajaran atau program latihan yang sesuai dengan kebutuhan siswa dengan memperhatikan usia. (Putri & Indarto, 2024) mengutarakan mampu menyesuaikan program dengan kondisi peserta didik merupakan tantangan guru dalam pengembangan profesionalisme.

3. Peningkatan Kualitas Pembelajaran

Membahas kualitas pembelajaran tentunya akan berkaitan antara guru dan siswa. Bagi guru, saat penyampaian materi kebugaran menjadi lebih percaya diri dan terampil. Bagi siswa, perlakuan tingkah laku setiap harinya mengalami potensi hidup yang bersih dan sehat. Menurut (Sarkawi & Akbari, 2022) sistem pembelajaran yang bertahap dan berkelanjutan sehingga menghasilkan kualitas belajar yang baik, dapat memunculkan unsur perubahan tingkah laku individu. Selain menanamkan gaya hidup sehat untuk siswa, materi PJOK memberikan kesan variatif. Dalam pembelajaran PJOK tidak hanya terampil memperagakan materi yang diberikan tetapi pemahaman tentang kebugaran masing-masing siswa juga harus diterapkan. Salah satu usaha mewujudkan kesehatan stabil, kesegaran jasmani membuat tubuh lebih segar saat beraktivitas (Rasyidi et al., 2023). Adapun pendapat (Amri et al., 2024) kebugaran jasmani merupakan kunci dalam mendorong kualitas pembelajaran.

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903

METODE PELAKSANAAN

Langkah yang digunakan dari seorang peneliti untuk menganalisis data dengan tujuan menjawab atau menguji hipotesis bisa dikatakan suatu metode. Menurut (Sukatin et al., 2022) metode merupakan cara sistematis dalam bemtuk langkah yang konkret. Sedangkan menurut (Wardhani et al., 2023) metode merupakan dasar untuk mencapai tujuan. Kegiatan pengabdian kepada masayarakat menerapkan metode CBR (Community-Based Research) dimana komunitas atau guru PJOK Kabupaten Kapuas Hulu berperan aktif dalam kegiatan ini dan hasil dari kegiatan dapat digunakan untuk memperbaiki kondisi yang ada. (Suyanto et al., 2020) menerangkan metode CBR bisa mencapai perubahan yang diharapkan karena dilaksanakan secara pendekatan langsung, bermanfaat bagi komunitas. Pendekatan dengan metode ini sangat penting pada kegiatan PKM karena bersifat orientasi pada mitra, berkelanjutan dan didukung oleh mitra terkait. Pengabdian kepada masyarakat ini memiliki alur rencana kegaiatan. Berikut gambar alur kegiatan PKM:

Gambar 1. Alur Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan sebanyak 2 sesi dengan teknis yang berbeda, yaitu pada pertemuan pertama memberikan pendalaman materi tentang apa saja komponen Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN) yang terkandung di dalam Desain Besar Olahraga Nasional (DBON). Pertemuan kedua peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat melaksanakan atau praktek langsung di lapangan cara pengukuran kebugaran jasmani dengan mengikuti acuan dari Tes Kebugaran Pelajar Nusantara. Coaching Clinic diselenggarakan dengan tujuan guru PJOK tingkat SMP, SMA dan SMK di Kecamatan Hulu Gurung Kabupaten Kapuas Hulu memahami cara mengukur kebugaran jasmani siswa, dimana sebelumnya permasalahan pada mitra

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903

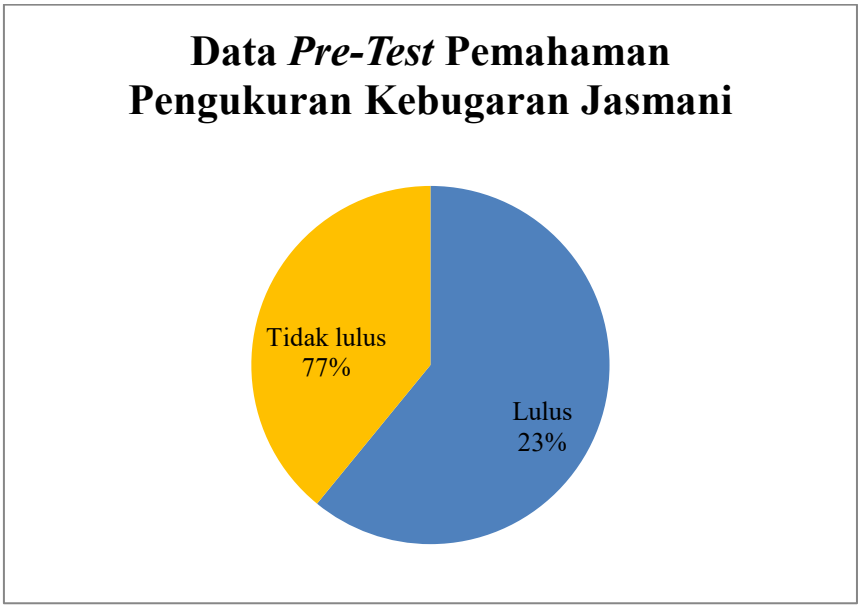
tidak memahami cara pengukuran kebugaran jasmani siswa dan juga sama sekali tidak pernah melakukan pengukuran tersebut. Adapun uraian atau tahapan pada kegiatan PKM sebagai berikut:

1. Tahap 1 (Persiapan pelaksanaan PKM)

   Tim pengabdian kepada masyarakat melakukan koordinasi awal dengan pengurus PGRI Kecamatan Hulu Gurung Kabupaten Kapuas Hulu agar komunikasi dengan guru PJOK yang mengajar di tingkat SMP, SMA dan SMK baik negeri maupun swasta bisa berjalan baik. Tahap ini perlu dilaksanakan agar tim pengabdian kepada masyarakat menyiapkan apa saja yang dibutuhkan sebelum mencapai lokasi kegiatan. Perjalanan dari Kota Pontianak menuju Kabupaten Kapuas Hulu membutuhkan kurang lebih 13-14 jam jika melalui jalur darat. Oleh karena itu butuh persiapan yang matang agar kegiatan bisa berjalan dengan lancar.

2. Tahap 2 (Pengisian Kuisioner Oleh Responden/Pre-Test)

   Tahap ini, tim pengabdian kepada masyarakat membagikan kuisioner kepada responden atau guru PJOK tentang pemahaman pengukuran kebugaran jasmani dengan menggunakan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN). Jawaban dari responden perlu kami laksanakan agar mendapatkan hasil seberapa besar tingkat pemahaman guru PJOK di Kecamatan Hulu Gurung Kabupaten Kapuas Hulu terkait kebugaran jasmani.



Gambar 2. Hasil Pre-Test

Gambar di atas merupakan sebaran hasil pre-test pemahaman dari guru PJOK SMP, SMA dan SMK yang mengajar di Kecamatan Hulu Gurung Kabupaten Kapuas hulu tentang cara mengukur kebugaran jasmani siswa. Terlihat dari 13 peserta hanya 3 orang (23%) yang memperoleh hasil lulus dan 10 orang (77%) yang memperoleh hasil tidak lulus. Perolehan ini menunjukkan perlu adanya coaching clinic tentang kebugaran jasmani bagi guru PJOK.

3. Tahap 3 (Coaching Clinic Kebugaran Jasmani)

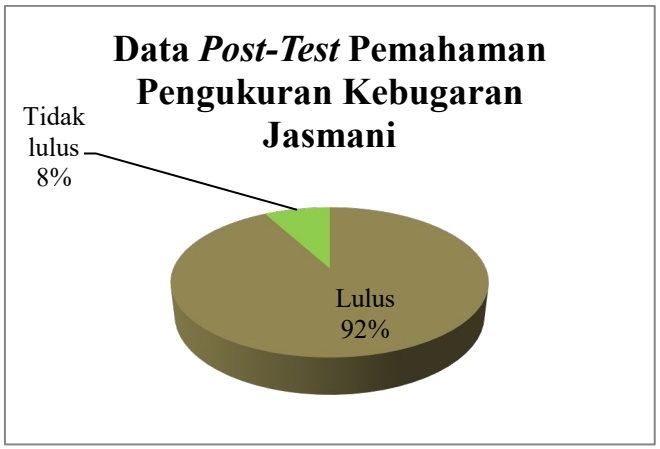
Coaching clinic dilaksanakan selama 2 hari. Hari pertama, tim pengabdian kepada masyarakat memberikan kuisioner kepada responden. Setelah pengisian kuisioner, dilanjutkan dengan penyampain materi tentang kebugaran jasmani. Materi ini mencakup dari komponen-komponen penting yang mempengaruhi kebugaran siswa dan bagaimana cara mengukurnya serta alat-alat apa saja yang dibutuhkan. Komponen penting tersebut, diantaranya: (1) Indeks Massa Tubuh/IMT, (2) Fleksibilitas, (3) Daya Tahan Otot, (4) Keseimbangan dan Kelincahan, (5) Daya Tahan Kardiovaskular. Penyampaian materi ini disampaikan dari pemateri yang sudah disiapkan oleh tim pengabdian kepada masyarakat.

Hari kedua dilanjutkan dengan praktek di lapangan. Dimana pada kegiatan coaching clinic ini, tim pengabdian kepada masyarakat memberikan pendampingan secara langsung kepada guru-guru PJOK, bagaimana cara mengukur kebugaran jasmani siswa. Praktek langsung ini akan memberikan dampak atau pengalaman yang bermanfaat bagi guru PJOK yang berada di Kecamatan Hulu Gurung Kabupaten Kapuas Hulu.

4. Tahap 4 (Pengisian Kuisioner Oleh Responden/Post-Test)

Setelah kegiatan selesai, tahap ini responden mengisi kembali kuisioner dari tim pengabdian kepada masyarakat. Respon ini akan menyimpulkan apakah dari kegiatan coaching clinic peserta memahami atau menangkap pendampingan yang telah diberikan.

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903



Gambar 3. Hasil Post-Test

5. Tahap 5 (Dokumentasi)

Tahap terakhir dari kegiatan, tim pengabdian kepada masyarakat bersama peserta coaching clinic melakukan foto bersama. Foto ini akan dijadikan sebagai dokumentasi kegiatan. Dokumentasi sangat penting dilakukan karena sebagai catatan informasi, dokumentasi bisa memberikan pembelajaran dan evaluasi.

Gambar 4. Foto Tim PkM Bersama Peserta Coaching Clinic

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903

Gambar 5. Pelaksanaan Pre-Test Post-Test

Gambar 6. Pendalaman Materi Tes Kebugaran Pelajar Nusantara

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903

Gambar 7. Praktek Langsung Di Lapangan Cara Pengukuran Kebugaran Jasmani

KESIMPULAN

Coaching clinic kebugaran jasmani yang diberikan pada guru PJOK SMP, SMA dan SMK di Kecamatan Hulu Gurung Kabupaten Kapuas Hulu memberikan dampak yang positif. Terlihat dari hasil pre-test dan post-test yang diberikan serta praktek lapangan yang sebelumnya peserta belum mengetahui cara mengukur kebugaran jasmani, setelah diberikan peserta memahami cara mengukur kebugaran jasmani. Hasil positif melalui coacing clinic ini, diantaranya: (1) pemahaman pendalaman materi mengukur kebugaran jasmani melalui Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN), (2) praktik baik di lapangan cara mengukur kebugara jasmani menggunakan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN).

Dari kegiatan coaching clinic yang diberikan terhadap mitra, penulis berharap guru PJOK SMP, SMA dan SMK di Kabupaten setempat selalu menerapkan pengukuran jasmani siswa karena merupakan salah satu kebutuhan untuk mengelola kesehatan jasmani bagi peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

Amri, A., Rambe, R. M., & Fadhillah, S. A. (2024). Upaya Meningkatkan Pemahaman Siswa Tentang Olahraga Prestasi, Kebugaran, Kesehatan, Dan Rekreasi Melalui Metode Pembelajaran Partisipatif Di Kelas X SMA Swasta Rantau Prapat. *PENDALAS: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Dan Pengabdian Masyarakat*, *4*(2), 117–130. https://www.journal.yaspim.org/index.php/pendalas/article/view/497

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903

Azizurrohman, M., Saputra, R. D., & Vrananda, A. (2024). Introduksi Senam Irama Pada Anak-Anak Usia Sekolah Dasar Sanggar Bimbingan Kubu Gajah. *Jurnal Limit Pengabdian*, *1*(1), 27–31.

Budiman, Y. (2023). *Data Agregat Kependudukan Provinsi Kalimantan Barat* (pp. 1–63).

Fauzi, A., Kristiyandaru, A., & Tuasikal, A. R. S. (2021). Media Pembelajaran Gaya Komando Untuk Guru PJOK. *Jurnal Pena Edukasi*, *8*(1), 33–42. https://doi.org/https://doi.org/10.54314/jpe.v8i1.540

Harianja, A. L., Siregar, R., & Lubis, J. N. (2023). Upaya Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini melalui Bermain Peran. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(4), 4871–4880. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.5159

Juhanis, J., Iskandar, I., & Abriadi, A. (2025). Evaluasi Hubungan Antara Komponen Kebugaran Jasmani dan Risiko Cedera pada Mahasiswa Aktif Berolahraga. *SEHATRAKYAT: Jurnal Kesehatan Rakyat*, *4*(2), 250–263. https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v4i2.4343

Maharani, D., Helmiah, F., & Rahmadani, N. (2021). Penyuluhan Manfaat Menggunakan Internet dan Website Pada Masa Pandemi Covid-19. *Abdiformatika: Jurnal Pengabdian Masyarakat Informatika*, *1*(1), 1–7. https://doi.org/https://doi.org/10.25008/abdiformatika.v1i1.130

Maulana, R. A., Friskawati, G. F., & Karisman, V. A. (2024). Gender dan Kebugaran Jasmani Siswa: Analisis Perbedaan Hasil Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) fase D. *JOPI: Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia*, *4*(1), 39–49. https://jopi.kemenpora.go.id/index.php/jopi/article/view/364

Pramita, R. A., Kristina, P. C., & Riyoko, E. (2023). Pengaruh Penerapan Permainan Kecil Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri 16 Martapura. *Jurnal Speed: Sport, Physical Education and Empowerment*, *6*(1), 50–56. https://journal.unsika.ac.id/index.php/speed/article/view/8610

Putri, N. F., & Indarto, P. (2024). Memahami Tantangan dan Strategi Pengembangan Profesionalisme Guru dalam Mengajar Pendidikan Jasmani Adaptif. *Jurnal Syntax Admiration*, *5*(8), 3119–3129. https://doi.org/10.46799/jsa.v5i8.1431

Rasyidi, A. H., Dassucik, D., Agusti, A., & Bahri, S. (2023). Upaya Peningkatan Kesehatan Dan Kebugaran Jasmani Melalui Olahraga Di Balai Desa Kedungdowo

Kecamatan Arjasa Situbondo. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(11), 6979–6986. https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i11.5426

Sarkawi, S., & Akbari, M. (2022). Implementas Model-Model Pembelajaran Oleh Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatah SMA Se-Kota Langsa. *JORS: Jurnal Ilmu Olahraga, Kesehatan Dan Rekreasi*, *5*(2), 39–44.

Sukatin, S., Nuri, L., Naddir, M. Y., Sari, S. N. I., & Y, W. I. (2022). Teori Belajar Dan Strategi Pembelajaran. *Journal of Social Research*, *1*(8), 916–921. https://doi.org/https://doi.org/10.55324/josr.v1i8.187

Sunarsih, S. (2018). Peningkatan Kompetensi Guru dalam Pembelajaran Melalui Workshop Multi Metode. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, *3*(2), 17–22. https://jurnal-dikpora.jogjaprov.go.id/index.php/jurnalideguru/article/view/52

Suwarni, S., Dewi, C., Monika, A., & Shelter, A. A. (2024). Pelatihan Pembuatan Rubrik Penilaian Performance Bagi Kelompok Kerja Guru PJOK Talo Induk dan Ilir Talo Di Kabupaten Seluma. *Dedikasi: Jurnal Pengabdian Pendidikan Dan Teknologi Masyarakat*, *2*(1), 41–46. https://dedikasi.net/dedikasi/article/view/39

Suyanto, E., Safitri, A., Kurnianingsih, N., & Fatchiyah, F. (2020). Pendampingan Penguatan Kompetensi Guru dan Siswa SMA Melalui Pengembangan Inovasi Sains dan Kompetisi Olimpiade Biologi di Kabupaten Sampang, Madura. *Engagement: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(2), 402–424. https://doi.org/https://doi.org/10.52166/engagement.v4i2.288

Tahar, A., Setiadi, P. B., & Rahayu, S. (2022). Strategi Pengembangan Sumber Daya Manusia dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0 Menuju Era Society 5.0. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *6*(2), 12380–12394. https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v6i2.4428

Wardhani, R., Arifin, Z., Yane, S., Iskandar, I., Effendi, A. R., & Rustanto, H. (2025). Implementation Of The Nusantara Student Fitness Test For Learners. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, *14*(1), 22–34. https://altius.ejournal.unsri.ac.id/index.php/altius/article/view/93

Wardhani, R., Yane, S., Iskandar, I., & Rustanto, H. (2023). Badminton Sports Injury Management Training. *GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(2), 1122–1128. https://doi.org/https://doi.org/10.36526/gandrung.v4i2.2816

Yane, S., Wardhani, R., & Saputra, D. S. (2024). Tingkat Kebugaran Jasmani Pelajar

Vol 06 No 02 Agustus 2025
ISSN : 2746-766X
e-ISSN : 2798-5903

Di SMP Negeri 01 Sukadana Kabupaten Kayong Utara. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1), 79–86. https://doi.org/10.31602/rjpo.v7i1.14540