



Peningkatan Sumber Daya Manusia (SDM) Guru Pendidikan Jasmani melalui pelatihan penyusunan program latihan dan *sport massage*

Topo Suhartoyo^{1*}, Didik Rilastiyo Budi², Indra Jati Kusuma³, Ayu Rizky Febriani⁴

¹ Universitas Jenderal Soedirman, email: topo.suhartoyo@unsoed.ac.id

² Universitas Jenderal Soedirman, email: didik.rilastiyo.budi@unsoed.ac.id

³ Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia, indrajaks2122@gmail.com

⁴ Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia, ayu.rizky.febriani@unsoed.ac.id

*Korespondensi Penulis

Info Artikel

Diajukan: 22 Juni 2021

Diterima: 28 Juni 2021

Diterbitkan: 2 Juli 2021

Keyword:

Education, massage, teacher, sport.

Kata Kunci:

pendidikan, massage, guru, olahraga.

Abstract

Improving quality and competitive human resources is a national priority program for 2020-2024. The purpose of the activity is to improve the quality of physical education teachers in preparing exercise programs and sports massage. The method used is through offline workshops, providing exercise program modules and sports massage videos. The training participants are physical education teachers who are members of the Physical Education Subject Teacher Consultation (MGMP) totaling 15 people. The test instrument uses a competency test in the form of 20 multiple choice questions and 5 essay questions. The pre-test data shows that the teacher's level of understanding is 20%, the post-test data shows an increase in the quality of understanding of 93.34%. The training activities showed an increase of 73.34% so that the activities had a positive and effective impact in improving the quality of understanding the preparation of exercise programs and sports massage.

Abstrak

Meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dan berdaya saing merupakan program prioritas nasional tahun 2020-2024. Tujuan kegiatan meningkatkan kualitas guru pendidikan jasmani dalam menyusun program latihan dan sport massage. Metode yang digunakan melalui *offline workshop*, pemberian modul program latihan dan video sport massage. Peserta pelatihan merupakan guru pendidikan jasmani yang tergabung pada Musyawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP) Pendidikan jasmani berjumlah 15 orang. Instrumen tes menggunakan uji kompetensi bentuk soal pilihan ganda 20 butir dan 5 butir soal essay. Data *pretest* diketahui tingkat pemahaman guru sebesar 20 %, data *posttest* diperoleh hasil peningkatan kualitas pemahaman sebesar 93,34%. Kegiatan pelatihan menunjukkan peningkatan sebesar 73,34%, sehingga kegiatan berdampak positif dan efektif dalam meningkatkan kualitas pemahaman penyusunan program latihan dan *sport massage*.

PENDAHULUAN

Guru secara umum memiliki peran dan tugas sebagai pendidik dalam suatu satuan pendidikan dari level PAUD, SD, SMP dan SMA/SMK. Kualitas pendidikan yang berjalan disuatu sekolah merupakan tugas utama ditentukan oleh pendidikan, pengalaman dan kemampuan untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan penelitian (Dufour, Dube, & Granger, 2015) bahwa guru berperan menyediakan layanan pendidikan sesuai dengan tujuan pendidikan sehingga dapat menggali kemampuan peserta didik dengan hasil yang baik. Selanjutnya dikuatkan dengan (Undang-Undang No. 14 Tentang Guru Dan Dosen, 2005) bahwa guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Menurut Musfah (2012) bahwa guru membutuhkan pelatihan profesional untuk menambah wawasan dan meningkatkan keterampilan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Darni (2018) bahwa guru Penjasorkes adalah cenderung rendahnya pengetahuan dan keterampilan mereka tentang teknik massage cedera olahraga sehingga berbagai kasus cedera olahraga yang terjadi di sekolah belum ditangani secara optimal.

Guru harus selalu meningkatkan kualitas pembelajaran yang berbanding lurus dengan kualitas yang dimiliki oleh guru itu sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian Fakhruddin et al. (2017) bahwa guru merupakan salah satu komponen utama bidang pendidikan yang menjadi faktor penentu tinggi rendahnya kualitas hasil pendidikan. Khususnya mata pelajaran Pendidikan jasmani, merupakan mata pelajaran yang selalu diajarkan dari tingkat sekolah dasar sampai dengan sekolah menengah atas/kejuruan. Hal ini sesuai dengan pendapat Dwiyo & Cholifah (2016) bahwa PJOK menjadi sangat penting dalam hal perkembangan dan aktivitas fisik sejak masa anak-anak sampai dewasa. Hal penting lainnya terkait peran guru adalah pengembangan bakat dan hobi siswa, guru menjadi tokoh utama untuk kegiatan identifikasi dan latihan. Kegiatan O2SN merupakan salah satu ajang untuk apresiasi guru dan siswa, hal ini sesuai dengan pendapat Zarwan & Hardiansyah (2019) bahwa Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) bertujuan untuk memotivasi dan menyalurkan bakat mulai dari tingkat Kecamatan sampai kepada tingkat nasional.

Tahap observasi yang dilakukan oleh tim pengabdian, diisi dengan sesi wawancara tidak terstruktur dengan ketua MGMP Purwokerto Bapak Wahyono, S.Pd. pada tahap ini, tim memperoleh informasi terkait kondisi guru yang mengalami kurangnya kegiatan pelatihan penyusunan RPP, Implementasi

silabus, peningkatan kualitas guru, persiapan perlombaan siswa dan penanganan cedera yang terjadi ketika proses pembelajaran/perlombaan. pada kesempatan observasi, ketua MGMP menuturkan bahwa sangat membutuhkan kegiatan yang mampu menyegarkan Kembali kemampuan/keterampilan untuk guru diwilayah Purwokerto. Hal ini sesuai dengan isi ([Undang-Undang No. 14 Tentang Guru Dan Dosen, 2005](#)) Pasal 14 Tentang Hak dan Kewajiban ayat d : memperoleh kesempatan untuk meningkatkan kompetensi; j. memperoleh kesempatan untuk mengembangkan dan meningkatkan kualifikasi akademik dan kompetensi; dan/atau k. memperoleh pelatihan dan pengembangan profesi dalam bidangnya.

Kegiatan pelatihan merupakan kegiatan yang ditawarkan, hal ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas guru mencakup updating informasi akademik khususnya program latihan dan sport massage. Kegiatan pelatihan merupakan kegiatan yang mampu mengingatkan Kembali memori, meningkatkan kemampuan dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh guru. Hal ini sesuai dengan pendapat menurut [Mulyawan \(2010\)](#) bahwa pelatihan didefinisikan sebagai usaha yang sistematis untuk menguasai keterampilan, peraturan, konsep atau cara berperilaku yang berdampak pada peningkatan kinerja. Proses pelatihan guru memperoleh modul program latihan dan video cedera olahraga, hal ini bertujuan untuk referensi yang dapat digunakan pada saat pelaksanaan kegiatan dan implementasi di sekolah. Menurut [Prastowo \(2012\)](#) bahwa modul merupakan bahan ajar yang disusun secara sistematis dengan bahasa yang mudah dipahami oleh siswa sesuai usia dan tingkat pengetahuan mereka agar mereka dapat belajar secara mandiri dengan bimbingan minimal dari pendidik. Menurut [Arsyad \(2003\)](#) bahwa media video memiliki fungsi sebagai media pembelajaran yaitu fungsi atensi, fungsi afektif, fungsi kognitif dan fungsi kompensatoris.

Berdasarkan informasi dan kajian teoritik dapat dirumuskan permasalahan dan tujuan kegiatan sebagai berikut:

1. Mengetahui kualitas guru MGMP Purwokerto terkait program latihan dan sport massage.
2. Mengadakan kegiatan pelatihan sebagai salah satu solusi untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh guru MGMP Purwokerto.

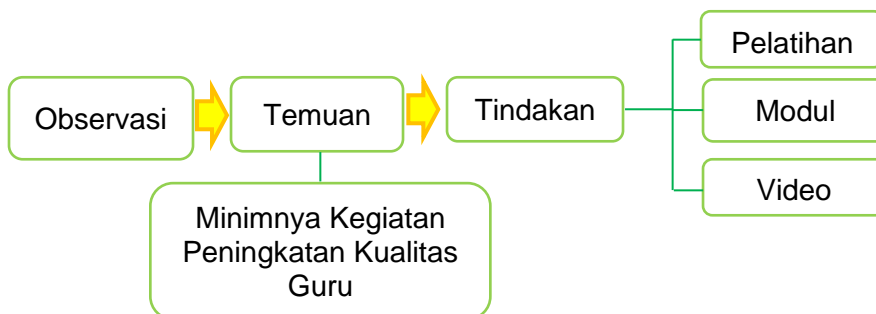
METODE PELAKSANAAN

Desain pelatihan program latihan dan sport massage pada guru MGMP Purwokerto, sebagai berikut :

1. Pelaksanaan pelatihan pada tanggal 24-25 September 2018 menggunakan metode offline yang berlokasi di aula SMP Negeri 2 Purwokerto.

2. Peserta merupakan guru Pendidikan Jasmani yang berjumlah 15 orang.
3. Strategi yang digunakan oleh tim pengabdian melalui pendekatan ceramah, diskusi, study case, pemberian modul program latihan dan video sport massage.
4. Uji kompetensi dilakukan melalui pre dan post test menggunakan soal pilihan ganda 20 butir dan 5 butir soal essay.

Desain kegiatan pengabdian MGMP Purwokerto dijelaskan pada Gambar 1 sebagai berikut.



Gambar 1. Diagram Alur Kegiatan Pengabdian

Rangkain kegiatan pelatihan dapat diuraikan pada Tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. *Rounddown* Kegiatan Pelatihan dan Workshop

No	Sesi Acara	Pemateri
	Senin, 24 September 2018, antara lain :	
	a. Pembukaan pelatihan dan workshop (08.00 s/d 08.30 WIB).	Topo Suhartoyo, S.Pd.,M.Or
	b. Sambutan dari ketua MGMP Purwokerto (08.30 s/d 09.00 WIB).	Wahyono, S.Pd
	c. Pre tes kegiatan (09.00 s/d 09.30 WIB).	Tim Pengabdian
1.	d. Penyampaian materi program latihan olahraga umum dan khusus (09.30 s/d 11.00 WIB).	Topo Suhartoyo, S.Pd.,M.Or
	e. Pemaparan video kegiatan O2SN Banyumas (11.00 s/d 11.45 WIB)	Didik Rilastiyo Budi, S.Pd.,M.Pd
	f. <i>Coffe break</i> (11.45 s.d 13.00 WIB)	Tim Pengabdian
	g. Penyampaian materi program latihan bola kecil (tenis lapangan dan tenis meja) (13.00 s/d 15.00 WIB).	Didik Rilastiyo Budi, S.Pd.,M.Pd
	h. Sesi tanggapan (Tanya Jawab, Diskusi dan penutupan sesi 1) (15.00 s/d 16.00 WIB)	Tim pengabdian

Lanjutan Tabel 1. Rounddown Kegiatan Pelatihan

No	Sesi Acara	Pemateri
	Selasa, 25 September 2018, antara lain ;	
2.	a. Pemutaran video cedera olahraga antara lain ; <i>angkel, hamstring, tenis elbow, shoulder dan patela</i> (08.00 s/d 09.30 WIB).	Topo Suhartoyo, S.Pd.,M.Or
	b. Penyampaian materi <i>sport massage</i> (09.30 s/d 10.30 WIB).	
	c. Praktik manipulasi <i>sport massage</i> /cedera olahraga, meliputi : <i>angkel, hamstring, tenis elbow, shoulder dan patela</i> (10.30 s/d 12.00 WIB).	Didik Rilastiyo Budi, S.Pd.,M.Pd
	d. <i>Coffe break</i> (12.00 s/d 13.00 WIB)	
	e. Sesi tanggapan (Tanya jawab dan diskusi) (13.00 s/d 14.00 WIB).	
	f. Uji Kompetensi penyusunan program latihan dan <i>sport massage</i> (14.00 s/d 15.30 WIB).	Tim pengabdian
	g. Penutupan kegiatan (15.30 s/d 16.00 WIB)	Topo Suhartoyo, S.Pd.,M.Or

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Kegiatan

Hasil wawancara dengan ketua MGMP Purwokerto menjadi point penting untuk tim pengabdian untuk menyusun kegiatan pengabdian. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 24-25 September 2018 di Aula SMP Negeri 2 Purwokerto, peserta diikuti oleh guru pendidikan jasmani berjumlah 15 orang. Kegiatan berisikan pemaparan materi, workshop dan diskusi terkait program latihan, *sport massage* dan *case study* yang dialami oleh para guru. Selain itu, uji kompetensi dilakukan pada akhir sesi kegiatan bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman dan keterampilan guru dalam proses kegiatan pengabdian. Rekap kondisi guru pada kegiatan pengabdian dapat dilihat pada Tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Rekap Analisis Kondisi Awal Pemahaman Guru MGMP

Tingkat pemahaman dan keterampilan	Guru (N)	Status	
		Tuntas	Belum
Status Awal	15	3	12
Status Akhir	15	14	1

Pada Tabel 2 dapat diuraikan status para guru dibagi menjadi dua bagian, pada status awal tingkat ketuntasan guru sebesar 20% sedangkan guru yang masih belum tuntas sebesar 80%. Data tersebut diperoleh dari uji kompetensi awal yang dilakukan oleh tim pengabdian menggunakan teknik pilihan ganda dan tes essay. Kondisi awal peserta merupakan kondisi sesuai dengan hasil wawancara dengan ketua MGMP Purwokerto.

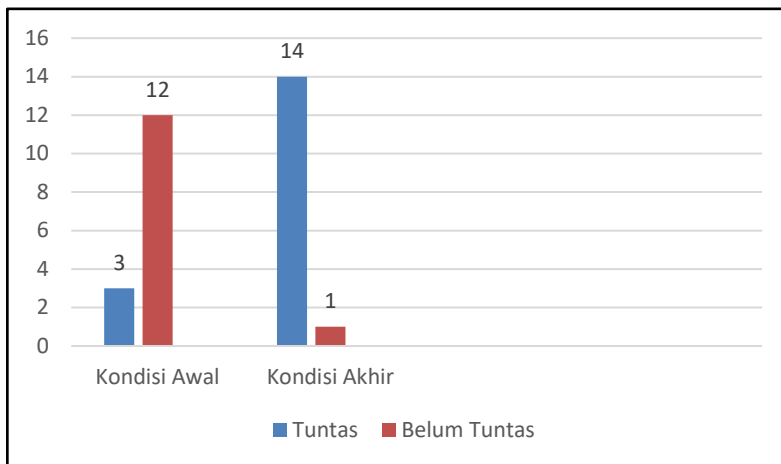
Menurut Sugiyono (2014) bahwa wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah responden sedikit/kecil. Studi pendahuluan dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2018 berlokasi di sekolah SMP Negeri 2 Sokaraja.

Ketua pengabdian melakukan wawancara tak struktur dengan tujuan untuk menggali informasi lebih luas dan fleksibel. Hal ini sesuai dengan Sugiyono (2014) bahwa wawancara tak struktur atau terbuka sering digunakan dalam penelitian pendahuluan untuk mengetahui informasi mendalam tentang responden. Pada sesi wawancara, ketua MGMP Purwokerto menceritakan dengan leluasa dalam mengeksplorasi kegiatan-kegiatan MGMP dan persoalan yang sering dihadapi oleh guru-guru pendidikan jasmani, meliputi ; kemampuan guru yang semakin menurun karena didominasi oleh usia-usia yang diatas 40 tahun, minimnya pengadaan pelatihan dan *workshop* yang diselenggarakan oleh dinas setempat dan motivasi guru untuk tetap memperbaharui informasi-informasi akademik. Sedangkan kondisi pada jaman sekarang, tuntutan pekerjaan yang semakin tinggi, kompleks dan membutuhkan waktu lebih.

Pada tahap selanjutnya, tim pengabdian melakukan kajian teori untuk merumuskan kegiatan-kegiatan yang menjadi solusi dari persoalan yang dialami oleh guru. Hal ini bertujuan untuk memberikan dasar teori yang kuat dan sesuai dengan kondisi yang ada sekaligus sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan profesionalisme guru. Menurut Roqib & Nurfuadi (2020) bahwa keberhasilan pendidikan sebagian besar ditentukan oleh mutu profesionalisme seorang guru. Peran guru merupakan sosok utama untuk meningkatkan kualitas pendidikan disekolah. Kemampuan yang dimiliki oleh guru tercermin dari keberhasilan siswa dalam melakukan tugas-tugas yang tercantum dalam kurikulum yang berlaku.

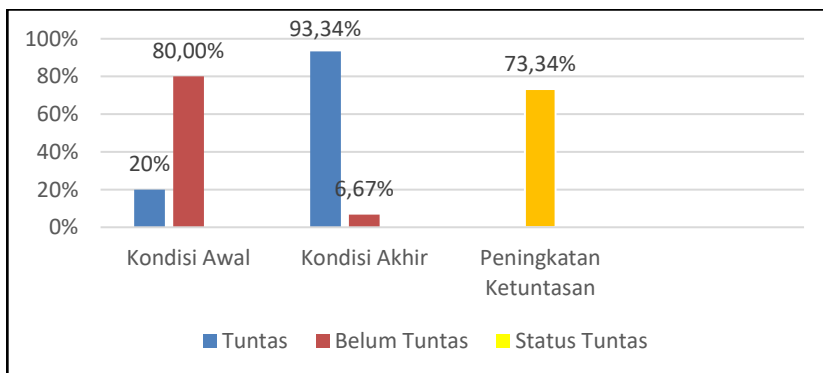
Pada akhir kegiatan, tim pengabdian melakukan uji kompetensi akhir yang dilakukan menggunakan soal pilihan ganda dan essay. Jumlah soal pilihan ganda 20 butir dan soal essay 5 butir. Hasil yang diperoleh dari uji kompetensi akhir terjadi peningkatan yang sangat signifikan, yakni tingkat ketuntasan

peserta 93,34%. Namun, masih terdapat peserta yang masih belum tuntas sebesar 6,67%. Data tersebut dapat direkap dalam diagram, sebagai berikut.



Gambar 2. Rekap Data Tingkat Ketuntasan

Data tersebut dapat disimpulkan terjadi peningkatan ketuntasan yang sangat positif. Berbanding terbalik dengan peserta yang pada kondisi awal, peserta yang masih belum tuntas sangat mendominasi. Sedangkan pada kondisi akhir, peserta yang dinyatakan belum tuntas terjadi penurunan yang sangat signifikan. Peningkatan tingkat ketuntasan dapat direkap dalam Gambar 3 sebagai berikut.



Gambar 3. Presentase Status Peserta Kegiatan

Berdasarkan diagram 2, tujuan kegiatan pengabdian dapat dikategorikan berhasil memberikan peningkatan pemahaman penyusunan program latihan dan kemampuan sport massage guru MGMP Purwokerto.

b. Pembahasan Kegiatan

1) Meningkatkan pemahaman penyusunan program latihan

Studi pendahuluan sudah dapat memberikan informasi yang sangat bermanfaat untuk menentukan tahapan dalam kegiatan pengabdian. Peningkatan pemahaman dan kemampuan guru merupakan fokus utama dalam kegiatan. Dua aspek tersebut mempunyai tujuannya untuk peningkatan kualitas pendidikan dan guru sebagai aktor utama dalam kegiatan belajar disekolah. Menurut [Sagala \(2009\)](#) bahwa pendidikan bukanlah semata-mata merupakan upaya menyiapkan individu untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, melainkan lebih diarahkan pada upaya pembentukan dan kesediaan melestarikan lingkungan dalam jalinan selaras. Hal ini, didasarkan pada karakteristik siswa yang semakin cepat dalam memperoleh informasi, kemajuan IPTEKS dan lingkungan sosial.

Kegiatan MGMP yang berjalan di Purwokerto merupakan forum yang bagus untuk meningkatkan informasi, pengalaman dan peningkatan kemampuan guru. Menurut [Bachtiar \(2016\)](#) bahwa untuk mengatasi banyaknya guru yang tidak berkualitas baik dalam proses pembelajaran maupun penguasaan pengetahuan dengan cara memberikan penataran, lokakarya, berdiskusi guru bidang studi (MGMP), dan memberi kesempatan kepada mereka untuk studi lanjut. Selain itu, kegiatan yang dilakukan dari forum MGMP memberikan patokan untuk kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada tahun ajaran yang akan dilaksanakan. Tujuannya adalah mempersiapkan guru dalam menghadapi kondisi pembelajaran, persoalan dan perkembangan pendidikan pada umumnya.

Minimnya pelatihan yang terjadi di MGMP Purwokerto mengakibatkan menurunnya motivasi, pengalaman dan kemampuan guru. Hal ini diungkapkan oleh bapak Wahyono, S.Pd dalam sesi wawancara. Kinerja guru yang tinggi salah satunya ditunjukkan dengan profesionalisme guru yang terdiri dari penguasaan empat kompetensi meliputi kompetensi profesional, pedagogis, kepribadian dan sosial ([Handayani & Rasyid, 2015](#)).



Gambar 4. Suasana Kegiatan Pemaparan Materi

Kondisi Gambar 4 diatas merupakan suasana sesi pembukaan kegiatan pengabdian. Pemaparan materi yang dilakukan oleh tim pengabdian bersama-sama dengan peserta. Isi materi yang diberikan meliputi pemaparan penyusunan program latihan atletik (*sprint*, lari gawang, *kids athletic*, lompat jauh, lompat tinggi, tolak peluru, dan lempar lembing), bola besar (sepak bola, bola basket, dan bolavoli) dan bola kecil (tenis lapangan dan tenis meja). Nomor-nomor cabang olahraga tersebut diberikan secara berkelanjutan sehingga guru-guru dapat menyimak, memahami dan menyusun program latihan berdasarkan kajian teori dan *case study*. Dari sesi materi, tim memberikan kesempatan untuk berdiskusi untuk saling bertukar pengalaman dan pengetahuan. Selain itu, proses penyusunan program latihan memperhatikan karakteristik siswa, seperti bakat, kondisi fisik dan motivasi. Prinsipnya program latihan adalah meningkatkan kemampuan yang dimiliki oleh siswa dengan berbagai pendekatan metodologis. Penentuan bakat merupakan suatu proses penentuan kemampuan (pra-kondisi) prestasi, dimana calon atlet harus memiliki kemampuan tersebut agar dapat mencapai tingkat prestasi yang tinggi dan harus menggunakan teknik-teknik diagnosis yang sesuai (Bompa, 2009).

Menurut Budiningsih (2011) bahwa siswa adalah manusia yang memiliki sejarah, makhluk dengan ciri keunikannya (individuallitas). Guru harus mampu menganalisis karakteristik siswa secara umum dan khusus. Karakteristik siswa adalah bagian-bagian pengalaman siswa yang berpengaruh pada keefektifan proses belajar (Richey, 1994). Hasil dari kegiatan pelatihan penyusunan program latihan merupakan tingkat pemahaman guru terkait program latihan dan mampu menerapkan kepada siswa.

Persoalan-persoalan yang dihadapi oleh guru dalam proses pembelajaran atau latihan menjadi bahan untuk pembahasan dalam sesi study case. Pemilihan pendekatan ini, dirasa paling dekat dengan kondisi yang dialami oleh guru sehingga mampu menggali informasi lebih mendalam. Studi kasus adalah sebuah eksplorasi dari “suatu sistem yang terikat” atau “suatu kasus/beragam kasus” yang dari waktu ke waktu melalui pengumpulan data yang mendalam serta melibatkan berbagai sumber informasi yang “kaya” dalam suatu konteks (*Study Kasus*, 2012).



Gambar 5. Sesi Pemberian Materi Program Latihan

2) Sport Massage

Kegiatan pada sesi ini, merupakan peningkatan kemampuan dan pengalaman terkait teknik manipulasi massage olahraga, meliputi ; cedera olahraga dan kebugaran jasmani. Menurut [Junaidi et al. \(2017\)](#) bahwa *massage* adalah salah satu perawatan tubuh dengan menggunakan kedua tangan pada bagian telapak tangan maupun jari-jari tangan. Prinsip lainnya dalam teknik *massage* merupakan kegiatan menekan pada segmen tubuh menggunakan jari dan telapak tangan dengan karakteristik anatomis. Manfaat yang utama dari teknik manipulasi yaitu memberikan efek rileks pada pasien, reposisi segmen tubuh ketika terjadi cedera olahraga dan peningkatan kemampuan fisik secara bertahap. Penanganan cedera menggunakan *massage* merupakan langkah yang cepat dan praktis serta dapat dilaksanakan dalam kondisi kapanpun dan dimanapun. Hal ini, memudahkan pasien untuk segera mendapatkan pertolongan dengan efektif dan efisien.

Menurut [Syampurma \(2020\)](#) bahwa pelatihan cedera *massage* akan sangat bermanfaat untuk memperdalam atau memperluas kemampuan para

peserta pelatihan memberikan layanan/jasa cedera *massage* dalam bentuk pemijatan. Kegiatan-kegiatan pelatihan khususnya *massage*, merupakan kegiatan yang harus ditingkatkan dan dikembangkan guna memenuhi kebutuhan akan tenaga bersertifikat dan memberikan manfaat secara luas.



Gambar 6. Pelaksanaan Pengabdian

Pada kegiatan ini (Gambar 6), tim pengabdian membagi menjadi beberapa segmen. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru, teknik manipulasi *massage* meliputi *ankle*, *hamstring*, *patela*, *shoulder*, *tennis elbow* dan kebugaran jasmani. Pemberian materi diutamakan sesuai dengan karakteristik dan kuantitas cedera yang umum dialami oleh siswa atau guru.

KESIMPULAN

Kegiatan peningkatan kualitas SDM Khususnya guru MGMP Purwokerto melalui pelatihan, pemberian modul program Latihan dan video sport massage mampu meningkatkan kualitas sebesar 73,34 %. Kegiatan pelatihan mampu memberikan solusi dari permasalahan yang dihadapi guru sehingga terciptanya kondisi latihan yang sesuai dengan cabang olahraga sekaligus mampu memberikan pertolongan terkait cedera olahraga yang dialami oleh siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian dalam kesempatan yang baik ini, mengucapkan terimakasih kepada lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat

yang telah membuka program PKM berbasis Penerapan Ipteks dan rekan-rekan pengabdian di jurusan pendidikan jasmani Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto. Serta, guru pendidikan jasmani wilayah Purwokerto (MGMP) yang telah berpartisipasi dalam kegiatan PKM Penerapan Ipteks. Semoga kegiatan yang terlaksana dapat memberikan dampak positif dan meningkatkan kemampuan secara keseluruhan.

DAFTAR RUJUKAN

- Arsyad, A. (2003). *Media Pembelajaran*. Raja Grafindo Persada.
- Bachtiar, M. Y. (2016). Pendidik dan Tenaga Kependidikan. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, 6.
- Budiningsih, C. (2011). Karakteristik Siswa Sebagai Pijakan Dalam Penelitian Dan Metode Pembelajaran. *Cakrawala Pendidikan*, 160-173.
- Bompa, T. (2009). *Periodization Theory and Methodology of Training*. Hunt Publishing Company.
- Darni, W. W. (2018). Peningkatan Keterampilan Massage Cedera Olahraga Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kecamatan Padang Utara. *Jurnal Stamina*, 1, 415-424.
- Dufour, F., Dube, F., & Granger, N. (2015). Assessment of Coating Quality in Cathodic Protection and Coating Systems. *Journal of Educational Research*, 3 (6), 07-712.
- Dwiyogo, W. D., & Cholifah, P. S. (2016). Continuing Professional Development for Physical Education Teacher in Elementary School through Blended Learning. *International Conference on Education*, 948-955.
- Fakhrudin, F., Ahmadi, F., Sumilah, S., & Ansori, I. (2017). IBM Guru Sekolah Dasar Melalui Upaya Peningkatan Kualitas Guru dengan 1 Pelatihan Pengembangan Media Pembelajaran pada Implementasi Kurikulum 2013. *Jurnal Abdimas*, 21(2), 103-110.
- Handayani, T. & Rasyid, A. A. (2015). Pengaruh Kepemimpinan Kepala Sekolah, Motivasi Guru, dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Guru SMA Negeri Wonosobo. *Jurnal Akuntabilitas Management Pendidikan*, 3, 264-277.
- Junaidi, S., Hanief, Y. N., Rizky, M. Y., Zawawi, M. A., Weda, W., Firdaus, M., & Setyawan, I. (2017). Pelatihan Massage Kebugaran Sebagai Media untuk Menciptakan Peluang Usaha Bagi Remaja Karang Taruna di Desa Ngulankulon Kabupaten Trenggalek. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 1(1), 39-44.
- Mulyawan, B. (2010). Panduan Pendidikan Profesi Guru Bagi Guru Dalam Jabatan. *Undiksha*, 11, 45-65.

- Musfah, J. (2012). *Peningkatan kompetensi guru: Melalui pelatihan dan sumber belajar teori dan praktik*. Kencana.
- Prastowo. (2012). *Panduan Kreatif Membuat Bahan Ajar Inovatif*. Diva Press.
- Richey, B. S. (1994). *Instruct-ional Technology: the Definition and Domains of The Field*. AECT.
- Roqib & Nurfuadi. (2020). *Kepribadian Guru*. Purwokerto: CV. Cinta Buku.
- Sagala, S. (2009). *Manajemen Strategik dalam Peningkatan Mutu Pendidikan*. Alfabeta.
- Study Kasus, 1 Jurnal Edu UGM 1 (2012).
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta.
- Syampurma. (2020). Pelatihan Cedera Massage Nasional Tingkat 1. *Jurnal Berkarya Pengabdian*, 2, 39–48.
- Undang-Undang No. 14 Tentang Guru dan Dosen, (2005).
- Zarwan, & Hardiansyah, S. (2019). Penyusunan Program Latihan Bulutangkis Usia Sekolah Dasar Bagi Guru PJOK. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2, 12–17.