

Evaluasi pengelolaan pengurus cabang olahraga senam artistik Kota Kediri

Evaluation of the management artistic gymnastics management in Kediri City

Denes Ananda Arfiantari*¹, Moh Nur Kholis¹, Puspodari¹, Budiman Agung Pratama¹

¹Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Kota Kediri, Indonesia

*Corresponding Author

Abstrak

Penelitian ini akan fokus pada pengelolaan Senam Artistik di Persani Kota Kediri yang bertujuan untuk mengetahui lebih jauh tentang apa saja yang dilakukan pihak manajemen dalam mengelola cabang olahraga senam artistik. Kajian ini juga akan mengkaji program pelatihan, evaluasi, dan pengelolaan sarana dan prasarana. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, penelitian deskriptif kualitatif hanya menggunakan satu variabel, peneliti melakukan penelitian dengan prosedur pengumpulan data dari observasi, wawancara, dan dokumentasi kepada pelatih, pelatih, atlet, dan orang tua atlet. peneliti akan mendeskripsikan pengelolaan pada senam artistik Kota Kediri Tahun 2022. Hasil penelitian ini berdasarkan hasil data yang diperoleh bahwa pengelolaan pada senam artistik Kota Kediri Tahun 2022 sudah berjalan dengan baik. bahwa dalam upaya fungsi manajemen terdapat perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengawasan yang telah dilaksanakan dengan baik. Fungsi manajemen, program pelatihan, pengembangan prestasi, dan program evaluasi telah dilaksanakan dan dilaksanakan dengan baik.


Kata Kunci: Senam Artistik; Manajemen; Evaluasi; Kota Kediri.

Abstract

This study will focus on the management of the Persani Artistic Gymnastics Kediri which aims to the out more about what management does in managing the Persani. This study will also examine, training programs, evaluation, and management of facilities an infrastructure. This study used a qualitative descriptive approach, qualitative descriptive research only used one variable, the researchers conducted research with the procedures for collecting data from observations, interviews, and documentation to coaches, coaches, athletes, and athletes' parents. researchers will describe management at Persani Artistic Gymnastics Kediri in 2022. The results of this study are based on the results of the data obtained that management at Persani artistic gymnastics Kediri City in 2022 has been going well. that in the management function efforts there is planning, organizing, implementing, and monitoring that has been carried out properly. The management function, training program, achievement development and evaluation program have been carried out and implemented well.

Keywords: Artistic Gymnastics; Management; Evaluation; Kediri City.

Received: 15 Juni 2022; Revised: 20 Juli 2022; Accepted: 5 Agustus 2022

 <http://dx.doi.org/10.55379/sjs.v1i2.433>

Corresponding author: Denes Ananda Arfiantari, Jalan Desa Manyaran, Banyakan, Manyaran, Kediri, Jawa Timur 64157, Indonesia
Email: denesananda06@gmail.com

PENDAHULUAN

Senam merupakan aktivitas olahraga yang dilakukan oleh anak-anak maupun orang dewasa. Senam adalah olahraga populer yang melibatkan kinerja latihan dinamis yang dikombinasikan dengan ketepatan dan keseimbangan teknis (Glynn et al., 2022). Senam juga merupakan olahraga yang berbeda dari olahraga lainnya seperti pencak silat, sepak bola, bola voli, atletik dan lain sebagainya. Senam memiliki induk organisasi di Indonesia yaitu Persani (Persatuan Senam Seluruh Indonesia) sedangkan induk organisasi di dunia dalam bahasa Prancis yaitu FIG (*Federation Internationale de Gymnastique*). Senam bisa dilakukan di dalam ruangan (*indoor*) maupun diluar ruangan (*outdoor*). Senam adalah olahraga dengan gerakan sistematis latihan fisik dan secara keseluruhan dirakit dengan tujuan membentuk dan mengembangkan kepribadian dalam harmoni untuk menjaga kesehatan tubuh (Aka, 2009). Triyasari et al. (2016) menyatakan bahwa senam adalah aktivitas fisik yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Senam memiliki banyak jenis, yang meliputi latihan aerobik, latihan ritmis, latihan kelincahan dan latihan artistik.

Senam artistik dibagi menjadi dua, yaitu senam artistik putri dan senam artistik putra (Komariyah, 2013). Senam artistik merupakan cabang olahraga yang disiplin, memiliki banyak gerakan, dan menggunakan alat. Jamilah & Nugraheni (2017) mengatakan bahwa latihan senam artistik adalah jenis latihan yang bergabung dengan aspek gerakan bergulir dan akrobatik untuk mendapatkan keindahan atau gerakan artistik. yang dilakukan dengan menggunakan alat. Dalam senam artistik yang menjadi tujuan utama yaitu gerakan kelenturan dan keseimbangan yang akan ditunjukkan seorang atlet dalam melakukan gerakan artistik.

Komponen-komponen penting dalam latihan senam artistik adalah kekuatan, kecepatan, dan kekuatan otot (Prasetya & Wiriawan, 2020). Dari tiga komponen, yang berisi yang melekat pada semua pola gerakan dominan dan menjadi karakteristik penampilan dalam senam. Selain itu, latihan artistik

adalah cabang permainan olahraga yang menarik, dan juga dapat dilihat dari bentuk gerakan, olahraga ini juga sangat indah dan menarik. Putra (2018) menyatakan bahwa senam artistik adalah olahraga yang membutuhkan koordinasi gerakan, kekuatan paparan kelincahan dan presisi dalam gerakan. Senam artistik dibagi menjadi dua angka, yaitu nomor artistik pria dan wanita memiliki empat alat yaitu, lantai (*floor exercies*), balok keseimbangan (*balance beam*), palang bertingkat (*univen bar*), meja lompat (*table vaulting*). Oleh sebab itu dalam senam artistik perlu sekali adanya sarana dan prasarana untuk menunjang proses kegiatan latihan. Sarana merupakan alat yang akan digunakan untuk kegiatan, pada senam artistik memerlukan beberapa alat digunakan untuk melakukan rangkaian gerakan. Sedangkan prasarana merupakan tempat/gedung yang digunakan untuk berlangsungnya kegiatan, di senam artistik memerlukan gedung untuk bisa melakukan proses latihan. Untuk bisa melakukan gerakan senam artistik perlu adanya latihan khusus dan waktu yang lama untuk bisa mengetahui dan melakukan gerakan. Pada senam artistik dalam proses latihan, pelatih perlu mengetahui bagaimana proses pembentukan seorang atlet, dan bagaimana seorang pelatih bisa membina agar bisa menciptakan seorang atlet. Maka dari itu perlu adanya sebuah pengelolaan yang ini dapat ditafsirkan sebagai manajemen, manajemen adalah proses kegiatan yang dimulai dari perencanaan, organisasi, arahan dan pengawasan upaya anggota organisasi dan penggunaan sumber daya organisasi lainnya untuk mencapai tujuan spesifik. Ada empat fungsi dari manajemen yaitu: perencanaan (*planning*), pengorganisasian (*organization*), pengarahan (*directing*), kepemimpinan (*leading*) dan pengawasan (*controlling*) (Santosa, 2019). Pada manajemen terdapat unsur manajemen, prinsip manajemen dan fungsi manajemen. Manajemen adalah pencapaian tujuan organisasi dengan cara yang efektif dan efisien melalui perencanaan, organisasi, kepemimpinan dan kontrol sumber daya organisasi untuk mencapai tujuan. Dapat disimpulkan bahwa tujuan manajemen efektif dan semua mesin sumber daya yang tersedia untuk mencapai tujuan yang telah disiapkan sesuai dengan manajemen dalam suatu organisasi.

Senam artistik merupakan cabang olahraga yang diperlombakan melalui gerakan dan keindahan yang akan ditampilkan oleh seorang atlet (Komariyah, 2013). Persani Senam Artistik kota Kediri memiliki 53 atlet. Ada enam atlet yang tergabung Pemusatan Latihan Kota (PUSLTKOT) yang akan mengikuti Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Jawa Timur Tahun 2022, yaitu empat putra dan dua putri. Prestasi merupakan hasil dari sebuah pencapaian yang telah dilakukan melalui proses. Persani Senam Artistik Kota Kediri sudah mengikuti kejuaraan tingkat Nasional sebagai salah satu proses pengembangan dan pembinaan yang dilakukan untuk Meningkatkan prestasi dalam bidang olahraga. Hal ini diperkuat dari hasil penelitian terdahulu bahwa salah satu yayasan yang mendanai atlet dengan melakukan sistem pengawasan manajemen, program kegiatan, dana, sarana dan infrastruktur telah dilaksanakan dengan cukup baik sehingga mampu menciptakan atlet dengan prestasi olahraga yang baik (Triyasari et al., 2016). Dalam proses manajemen pada cabang olahraga maka perlu adanya pelatih dan pembina dalam proses berlangsungnya latihan maupun pencapaian akan prestasi (Santosa, 2019). Pelatih dan Pembina harus memiliki kejelian dalam mengelola maupun mengembangkan sebuah klub atau organisasi yang mengarah pada prestasi. pelatih merupakan seseorang yang profesional dalam melatih pada suatu cabang olahraga serta seorang yang bertugas untuk melatih persiapan fisik dan mental seorang olahragawan. Seorang pelatih juga berperan penting dalam proses keberhasilan seorang atlet. Peneliti tertarik melakukan penelitian ini karena belum pernah ada penelitian yang relevan mengenai manajemen pengelolaan senam artistik. Kebaruan dari hasil penelitian ini selain belum pernah diterapkan pada Persani senam artistik Kota Kediri sebagai salah satu pusat pelatihan Persani senam artistik di Kota Kediri yang cukup dikenal oleh masyarakat dan perlunya dilakukan penelitian pengelolaan manajemen yang berkaitan dengan pengelolaan prestasi olahraga terdapat banyak faktor yang harus dipertimbangkan antara lain meliputi tujuan yang jelas, program latihan yang sistematis, materi dan metode latihan yang tepat, serta evaluasi yang bisa mengukur keberhasilan proses pembinaan itu sendiri. Di samping itu perlu dipertimbangkan pada karakteristik atlet yang dibina baik secara fisik

dan psikologis, kemampuan pelatih, sarana dan prasarana, serta kondisi lingkungan pembinaan (Darisman et al., 2021). Salah satu strategi pembinaan olahraga adalah tidak boleh melupakan peran klub olahraga sebagai wadah pembinaan olahraga. Klub inilah yang diharapkan mampu menghasilkan bibit-bibit olahragawan yang berbakat. Menyadari bahwa klub senam merupakan wadah proses pembinaan dan pengembangan senam tahap awal, sebagai ujung tombak pemassalan dan pembibitan dalam kerangka sistem pembinaan nasional cabang olahraga senam, maka perlu dilakukan upaya pemberdayaan klub agar dapat memberikan kontribusi yang optimal dalam pencapaian percepatan peningkatan prestasi cabang olahraga senam nasional. Sedangkan perbedaan dengan penelitian terdahulu adalah pada penelitian terdahulu hanya menguji pengaruh perlakuan terhadap konsentrasi atlet dan tidak fokus pada manajemen organisasi (Langenati, 2016), penelitian selanjutnya (Triyasari et al., 2016) pengelolaan terhadap fasilitas sarana dan prasarana yang digunakan sebagai penunjang pada atlet. Pada penelitian ini akan memfokuskan pada manajemen pengelolaan pada Persani Senam Artistik Kota Kediri yang bertujuan untuk mengetahui lebih dalam tentang apa saja yang dilakukan manajemen dalam mengelola Persani Senam Artistik. Dalam penelitian ini juga akan meneliti terkait bagaimana fungsi manajemen, manajemen perkembangan prestasi, program latihan, evaluasi dan pengelolaan sarana dan prasarana.

METODE

Metode penelitian menggunakan jenis deskriptif. Tempat penelitian di Perumahan Mojoroto Indah Gedung Serba Guna pada Persani Senam Artistik Kota Kediri dan waktu penelitian dilakukan pada bulan Januari 2022. Sumber data dalam penelitian ini berasal dari data yang diperoleh oleh peneliti melalui hasil wawancara, pengamatan, dan dokumentasi. Teknik analisis menggunakan deskriptif dengan verifikasi validitas data dilakukan untuk menunjukkan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar ilmiah pada saat menguji data yang diperoleh. Peneliti menggunakan Teknik

triangulasi data untuk memverifikasi validitas data yang diperoleh dalam penelitian.

HASIL

Sebelum menginterpretasikan penelitian hasil menunjukkan bahwa manajemen pengelolaan pada Persani Senam Artistik Kota Kediri 2022 sudah berjalan dengan baik. Kegiatan observasi dilakukan ditempat, untuk mengetahui aktivitas lebih dalam. Wawancara dilakukan dengan memberikan beberapa pertanyaan kepada pelatih, pembina, atlet dan wali atlet. Sedangkan dokumentasi merupakan hasil data laporan, foto sebagai referensi serta berbagai dokumen yang lainnya dibutuhkan pada penelitian. Hasil yang diperoleh dari wawancara dalam upaya fungsi manajemen terdapat adanya perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengawasan sudah dijalankan dengan baik.

Terbukti dalam pelaksanaan fungsi manajemen bahwa Persani Senam Artistik Kota Kediri sebelumnya melakukan promosi/pengenalan terjun langsung ke TK dan SD se-kota Kediri yang bertujuan untuk mencari bibit atlet. Dengan salah satu atlet memperagakan gerakan senam artistik bertujuan untuk anak akan lebih paham seperti apa gerakan dalam senam artistik. Setelah PERSANI berkembang dan sudah dikenal masyarakat banyak atlet datang dengan sendirinya untuk mengikuti latihan. Ini terbukti dari salah satu atlet yang berminat mengikuti senam artistik sampai saat ini. Atlet memiliki kepuasan tersendiri karena kemampuannya, atlet bisa berprestasi dengan mengikuti beberapa kejuaraan. Kerja sama pelatih, orang tua atlet dan atlet mampu menunjukkan hasil pada saat latihan maupun mengikuti kejuaraan. Pada sumber dana yang diperoleh Persani Senam Artistik Kota Kediri adanya iuran bulanan dengan wali atlet dan juga mendapatkan hibah dana dari KONI kota Kediri. Sedangkan untuk atlet yang berprestasi mendapatkan uang saku tersendiri dari KONI setiap bulanya. Ada 6 atlet yang masuk PUSLAKOT persiapan PORPROV 2022.2. Program latihan Persani Senam Artistik Kota Kediri sudah tersusun sesuai dengan masing-masing kelompok yang di bagi menjadi 3 kelompok dan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang ditentukan. Untuk kelompok rekreasi latihan

dilakukan 2 x 1 minggu, kelompok reguler latihan dilakukan 3 x 1 minggu, kelompok prestasi 4 x 1 minggu, dan untuk atlet yang masuk PUSLAKOT persiapan PORPROV 2022 latihan dilakukan 4-5 x 1 minggu.

Evaluasi program latihan Persani Senam Artistik Kota Kediri dilakukan setiap 3 bulan sekali dan 6 bulan sekali dengan mengadakan tes fisik, tes parameter, dan tes masing-masing kelompok. Setiap atlet memiliki rapor yang digunakan untuk mengukur kemampuan masing-masing atlet. Manajemen pengelolaan sarana dan prasarana Persani Senam Artistik Kota Kediri sudah baik. Terbukti bahwa mereka memperhatikan kelengkapan dan kondisi sarana dan prasarana yang ada di sana. Walaupun sarana masih kurang lengkap tetapi itu tidak menghambat proses latihan atlet. Untuk prasarana memiliki gedung yang luas dan memiliki 2 buah kamar mandi. Selain itu pada setiap 1 tahun sekali pelatih dan orang tua atlet mengadakan pertemuan untuk membahas iuran untuk membeli alat.

PEMBAHASAN

Fungsi manajemen pengelolaan dapat berjalan dengan baik sesuai dengan program. Manajemen merupakan sistem bidang ilmu pengetahuan (*science*) yang berusaha secara sistematis untuk memahami mengapa dan bagaimana manusia bekerja sama untuk mencapai sebuah tujuan dan membuat sistem kerja sama untuk lebih bermanfaat bagi kemanusiaan. Sesuai penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa manajemen organisasi dengan baik dengan menjalin kerja sama dengan berbagai pihak yang peduli dengan perkembangan olahraga yang sudah terprogram dengan baik mampu mencetak atlet yang berprestasi (Iyakrus, 2019). Dengan adanya manajemen maka sebuah organisasi akan terlaksana dengan baik, dan pembinaan akan dapat mempertahankan keberadaannya. Adanya fungsi-fungsi manajemen akan mendapatkan hasil yang akan dicapai. Pentingnya fungsi manajemen yaitu perencanaan, mengorganisir, melengkapi tenaga kerja, mengarahkan, mengkoordinir, melaporkan dan menyusun dana atau anggaran untuk pendukung terlaksananya sebuah manajemen yang baik untuk kegiatan.

Pada fungsi manajemen, program latihan, perkembangan prestasi, sudah cukup baik. Hal ini dibuktikan dengan adanya program latihan yang diberikan, meliputi: melakukan pemanasan, latihan fisik, latihan inti sesuai dengan kelompok masing-masing, dan melakukan pendinginan. Selain itu Latihan untuk kelompok rekreasi latihan dilakukan 2 x 1 minggu, kelompok reguler latihan dilakukan 3 x 1 minggu, kelompok prestasi 4 x 1 minggu, dan untuk atlet yang masuk PUSLAKOT persiapan PORPROV 2022 latihan dilakukan 4-5 x 1 minggu. Hal tersebut dilakukan untuk membentuk kerja sama antara atlet dan pelatih sehingga ketika bertanding mampu menunjukkan hasil yang baik. Hasil penelitian yang mendukung menunjukkan bahwa kerja sama yang baik antara pelatih dan atlet baik saat berlatih maupun bertanding tidak mengalami kesulitan dalam mengikutinya bahkan mampu mendapatkan hasil yang diharapkan (Triyasari et al., 2016). Agar dapat berprestasi jelas adanya program latihan dan program pembinaan yang jelas. Dalam program pembinaan olahraga harus memiliki program yang dapat menciptakan keberlangsungan pada sebuah sistem. Maka hal ini bahwa dengan program pembinaan olahraga perlu adanya penyusunan yang tepat agar seluruh program latihan yang sudah direncanakan bisa berjalan dengan baik. Salah satu bentuk program pembinaan olahraga yaitu melakukan latihan secara rutin dan berkala.

Program evaluasi sudah dijalankan dan terlaksana dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan program evaluasi dilakukan 3 bulan dan 6 bulan sekali dengan mengadakan tes fisik, tes parameter dan tes masing-masing kelompok yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan setiap atlet. Setiap atlet memiliki rapor yang digunakan untuk mengetahui kemampuan masing-masing atlet. Pentingnya sebuah manajemen yang diterapkan di dalam sebuah organisasi pada tidak hanya didasarkan pada kemampuan manusia (fisik, pengetahuan, waktu dan perhatian) sedangkan kebutuhan tidak terbatas yang bertujuan untuk dapat mencapai hasil yang di inginkan secara efektif dan efisien (Rahmat, 2014). Hal tersebut diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa peranan dari sebuah manajemen terutama pelatih sangatlah penting dalam melaksanakan setiap kegiatan pelatihan, sehingga mencapai prestasi yang lebih tinggi (Susanto et al., 2019).

Pengelolaan manajemen sarana dan prasarana sudah cukup baik walaupun sarana masih kurang lengkap tetapi itu tidak menjadikan kendala untuk proses latihan atlet. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa untuk membentuk suatu prestasi dibutuhkan pengelolaan manajemen yang baik sehingga bisa berjalan dengan baik, dengan adanya pendanaan yang profesional serta penggunaan dana dengan penuh tanggung jawab (Effendi, 2016).

KESIMPULAN

Manajemen pengelolaan pada Persani Senam Artistik Kota Kediri Tahun 2022 dilakukan dengan baik sesuai dengan program yang sudah disusun dan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang diberikan. Upaya Persani Senam Artistik Kota Kediri untuk menjaga kondisi atlet sudah cukup baik karena disana melakukan latihan sesuai dengan program latihan yang di berikan, seperti: melakukan pemanasan, latihan fisik, latihan inti sesuai dengan kelompok masing-masing, dan melakukan pendinginan Program latihan pada atlet Persani Senam Artistik Kota Kediri Tahun 2022, cukup baik karena program latihan sudah tersusun sesuai dengan masing-masing kelompok dan dilaksanakan sesuai jadwal yang di berikan. Pengelolaan manajemen sarana dan prasarana pada Persani Senam Artistik Kota Kediri Tahun 2022, sudah cukup baik walaupun sarana masih kurang lengkap tetapi itu tidak menjadikan kendala untuk proses latihan atlet.

KONTRIBUSI PENULIS

Author 1: Writing - Review & Editing. Author 2: Methodology. Author 3: Software and Writing - Original Draft. Author 4: Validating.

DAFTAR PUSTAKA

- Aka, B. A. (2009). *Cerdas dan Bugar Dengan Senam Lantai*. Grasindo.
- Darisman, E. K., Prasetyo, R., & Bayu, W. I. (2021). *Belajar Psikologi Olahraga Sebuah Teori dan Aplikasi Dalam Olahraga*. Jakad Media Publishing.
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1(1), 23–30. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/90>
- Glynn, B., Laird, J., Herrington, L., Rushton, A., & Heneghan, N. R. (2022). Analysis of landing performance and ankle injury in elite British artistic

- gymnastics using a modified drop land task: A longitudinal observational study. *Physical Therapy in Sport*, 55, 61–69. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2022.01.006>
- Iyakrus, I. (2019). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8110>
- Jamilah, G., & Nugraheni, W. (2017). Hubungan antara Fleksibilitas Otot Perut dengan Keterampilan Gerak Dasar Kayang dalam Senam Artistik. *Hubungan Antara Fleksibilitas Otot Perut Dengan Keterampilan Gerak Dasar Kayang Dalam Senam Artistik*, 7(2), 56–59. <https://doi.org/10.15294/miki.v7i2.12148>
- Komariyah, L. (2013). Pengaturan Gizi Untuk Atlet Cabang Olahraga Senam Artistik Putri. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 5(1), 35–43. <https://doi.org/10.17509/JKO-UPI.V5I1.16243>
- Langenati, R. (2016). Pengaruh Self-Hypnosis Terhadap Konsentrasi Pada Atlet Senam Artistik. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(3), 1–6. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/40/article/view/10962>
- Prasetya, H. A., & Wiriawan, O. (2020). Analisis Kondisi Fisik Atlet Senam Artistik Koni Sidoarjo Tahun 2018 dan 2019. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(3). <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/8/article/view/33891>
- Putra, R. B. A. (2018). Characteristics of Body Length Composition of Gymnast Champions in Olympic Games. *International Journal of Science Culture and Sport*, 6(27), 210–216. <https://doi.org/10.14486/intjscs747>
- Rahmat, Z. (2014). Analisis Manajemen Pembinaan Atlet Atletik PPLP Aceh. *Pendidikan Olahraga Dan Rekrasi*, 1(1), 52–66.
- Santosa, G. T. (2019). *Pembinaan Prestasi*. Citra Publishing.
- Susanto, N., Alimuddin, A., & Syafrianto, D. (2019). Manajemen Pembinaan Olahraga Usia Dini Sekolah Sepakbola (Ssb) Gadjah Mada (Gama) Yogyakarta. *Sporta Saintika*, 4(2), 60. <https://doi.org/10.24036/sporta.v4i2.114>
- Triyasari, A., K.S, S., & Soekardi. (2016). Evaluasi Pembinaan Olahraga Senam Artistik Di Klub Senam Kabupaten Pati Dan Kabupaten Rembang. *Journal of Physical Education and Sport*, 5(1), 41–46. <https://doi.org/10.15294/JPES.V5I1.13280>