



Media: Radar

Hari: Rabu

Tanggal: 03 November 2021

Halaman: 4

Terus Persiapkan Diri jelang Porda XVI

KONI Kota Jogja Gelar Tes Fisik Para Atlet

JOGJA, Radar Jogja- Tim pemusatan latihan kota (Puslatkot) Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kota Jogja terus mempersiapkan diri jelang perhelatan Pekan Olahraga Daerah (Porda) XVI DIJ 2022. Salah satunya dengan menggelar tes fisik bagi seluruh atlet di SMPN 1 Jogjakarta belum lama ini. Tes fisik diikuti sebanyak 625 atlet dari 34 cabang olahraga (cabor).

Ketua Umum KONI Kota Jogja Aji Karnanto mengatakan, tujuan diadakannya kegiatan tersebut untuk mengevaluasi hasil latihan atlet-atlet usai menjalani Puslatkot tahap pertama pada Agustus-September. "Harapan sesuai target yang kami canangkan. Kami melihat juga, selain antusias keseriusan mereka jalankan, tes fisik cukup bagus," kata Aji.

Selain itu, hasil tes ini pula dapat menjadi gambaran KONI Kota Jogja perihal kondisi atlet yang disiapkan untuk mengikuti program pemusatan latihan cabang olahraga (Pelatcab) tahun depan. Pelatcab sendiri nantinya akan menjadi persiapan akhir KONI Kota Jogja menuju multievent dua tahunan itu. "Semoga dengan adanya tes ini semua atlet bisa mendapat hasil maksimal dan meraih kesuksesan," harap Aji.

Koordinator Tes Fisik KONI Kota Jogja Cukup Pahalawidi menjelaskan, terdapat enam item dalam pelaksanaan tes fisik. Antara lain, lari sprint untuk mengukur kecepatan, tes kelenturan melalui sit and reach test, tes otot pe-



SERIOUS: Para atlet Puslatkot KONI Kota Jogja mengikuti tes fisik di SMPN 1 Jogjakarta.

Harapan sesuai target yang kami canangkan. Kami melihat juga, selain antusias keseriusan mereka jalankan, tes fisik cukup bagus."

AJI KARNANTO
Ketua Umum KONI Kota Jogja

rut dan lengan lewat push up dan sit up. Kemudian untuk mengukur power kaki, atlet wajib melakukan vertical jump, dan tes daya tahan dengan multiple test.

Cukup menuturkan, seluruh hasil tes akan diinput dan dianalisa untuk memberikan rapor penilaian atlet

selama menjalani Puslatkot. Nantinya hasil tes fisik juga dikolaborasi dengan hasil tes kesehatan. "Jadi tes fisik cuma enam item karena ini adalah kelanjutan dari tes kesehatan yang dilakukan dua minggu lalu oleh semua atlet di RS Siloam Jogjakarta," paparnya. (ard/din/zi)

Instansi

Nilai Berita

Sifat

Tindak Lanjut

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 19 Juli 2026
Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
NIP. 19690723 199603 1 005