



## DUKUNG OPTIMALISASI PRESTASI PORDA **KONI Yogya Gelar Pelatihan Pelatih**

**YOGYA (KR)** - Demi meraih prestasi maksimal di ajang Pekan Olahraga Daerah (Porda) XVI DIY 2022 mendatang, Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kota Yogyakarta menggelar kegiatan pelatihan peningkatan kapasitas SDM Pelatih. Kegiatan yang berlangsung di Kantor Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga (Dindikpora), Minggu (3/6) ini dihadiri pelatih-pelatih dari cabang olahraga yang akan tampil di ajang Porda mendatang.

Ketua Umum (Ketum) KONI Kota Yogyakarta, Aji Karnanto SE MM dalam pembukaan acara tersebut mengatakan, kegiatan pelatihan peningkatan SDM pelatih cabor-cabor anggota KONI Kota Yogyakarta ini diharapkan bisa memberikan dampak positif bagi peningkatan kemampuan atlet-atlet binaannya. Dengan adanya kegiatan ini, kami berharap bisa bermanfaat bagi pelatih-pelatih semua cabor," terangnya.

Dengan manfaat positif yang bisa didapat semua cabor tersebut, Aji berharap pada ajang Porda DIY mendatang, capaian prestasi atlet-atlet Kota Yogya bisa semakin meningkat dan dapat menjadi juara di masing-masing nomor atau cabor yang diikutinya. Dengan bisa meraih juara di masing-masing nomor atau cabor, harapannya capaian ini bisa mendukung cita-cita KONI Yogya untuk menjadi juara umum.

Semoga kedepan cita-cita yang KONI inginkan yakni meraih prestasi tertinggi di Porda mendatang bisa tercapai. Kami sebagai KONI, dalam sebuah perlombaan pasti ingin jadi yang terbaik. Oleh karenanya, dengan pelatihan ini semoga atlet-atlet bisa mencapai prestasi tertinggi, dan kami KONI Yogyakarta bercita-cita menjadi juara umum Porda mendatang," tegasnya.

Sementara itu, Ketua Bidang Pembinaan dan Prestasi (Binpres) KONI Kota Yogyakarta, Cukup Pahalawidi MOR yang menjadi pembicara dalam kegiatan tersebut menjelaskan, untuk bisa meraih prestasi, seorang atlet wajib memperhatikan empat unsur penting. Keempat unsur tersebut yakni, fisik, teknik, taktik, dan mental. Keempatnya harus dimiliki seorang atlet untuk bisa meraih prestasi maksimal, termasuk di Porda mendatang," jelasnya.

Mengingat dalam Porda mendatang banyak cabor yang akan bertanding dan di program Pemusatan Latihan Cabang Olahraga (Pelatcab), jelas akan memerlukan pendekatan berbeda. Pasalnya, karakter masing-masing berbeda-beda di masing-masing cabor, sehingga setiap pelatih harus bisa mengolahnya dan semua harus benar-benar tahu.

Cukup juga meminta kepada semua pelatih untuk melakukan tes kepada para atletnya. Tes tersebut meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, kelenjuran, power dengan standing-board jump, kekuatan otot tungkai dengan wall sit, kecepatan lari dengan lari 40 m, kekuatan perut dengan sit up 60 detik, power lengan dengan push up 60 detik dan vo2Max. (Hit-d

Untuk persiapan Porda,



KR-Adhitya Asros

**Ka Binpres KONI Kota Yogyakarta, Cukup Pahalawidi MOR memberikan contoh tes fisik yang perlu dilakukan masing-masing cabor.**

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1.	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 21 Juni 2026  
Kepala

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