PLYOMETRIC : Jurnal Sains dan Pendidikan Keolahragaan
Vol. X No. X, Bulan 2024, Hal. XX-XX
Https://e-journal.umc.ac.id/index.php/PLY

JUDUL ARTIKEL SINGKAT DAN JELAS MAKSIMAL 16 KATA, TIMES NEW ROMAN BOLD 15 PT

Article title maximum of 15 words, 12 pt, Times New Roman, which presents the entire contents of the article (English)

Penulis pertama[1], Penulis kedua[2], Penulis ketiga[3], dst.

[1]Program studi/fakultas, Universitas/Instansi, Negara
[2]Program studi/fakultas, Universitas/Instansi, Negara
[3]Program studi/fakultas, Universitas/Instansi, Negara

Abstrak

Abstrak berbahasa Indonesia ditulis menggunakan Times New Roman 11, rata kanan kiri. Jarak antar baris 1 spasi. Abstrak berisi 150-250 kata terdiri dari tujuan, metode penelitian yang digunakan, hasil dan kesimpulan dibuat dalam satu paragraf.

Kata kunci: 1 kata, tidak lebih dari 5 kata, frasa yang penting, spesifik dan representatif

Abstract

Abstract english version, written using Times New Roman 11, italic, justify. Abstract contains 150-250 words. Abstract contains research aim/purpose, method, and reseach results; written in 1 paragraph, single space among rows, using past tense sentences.
Keywords: *1 word, no more than 5 words, important, specific, representative phrase.*

Copyright © 2024, e-ISSN 2963-1572

PENDAHULUAN

Pendahuluan berisikan topik utama, latar belakang dilakukannya penelitian, urgensi penelitian, apa yang dilakukan peneliti terdahulu, lalu kebaruan penelitian yang akan dilakukan, dan harapan kontribusi penelitian terhadap masyarkat atau dunia sains.

Panjang keseleruhan artikel antara 4000-8000 kata atau sekitar 6-12 halaman. Artikel yang diterima ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris.

Pendahulua ditulis dengan *font Times New Roman 12* tegak, spasi 1,5. Tiap paragraf diawali kata yang menjorok ke dalam 1 cm dari tepi kiri tiap kolom. Ukuran kertas menggunakan A4 (210x297 mm), menggunakan Margins Top: 3 cm, Left: 4 cm, Bottom:3 cm, Right: 3

METODE

Metode harus menjelasakan dengan rinci dan detail tentang desain penelitian, tempat dan waktu, populasi serta sampel, teknik pengambilan data, dan pengolahan data. *[Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]*

HASIL

Hasil dituliskan berdasarkan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi di lapangan, beserta intepretasi analisis data. Hasil diuraikan, namun tanpa memberikan pembahasan, dan tuliskan dalam kalimat logis. Hasil bisa dalam bentuk tabel, narasi, atau gambar.

Judul tabel ditulis sesuai dengan data yang ditampilkan, setiap kolom dibuat dengan tampilan yang sederhana, mudah dipahami, dan dibuat tanpa garis vertical.

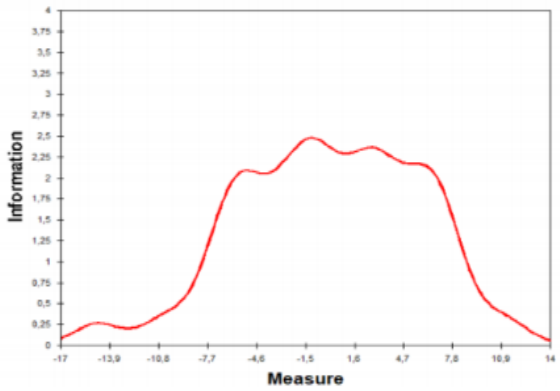
Tabel 1. Keterangan tabel harus selalu diposisikan di atas tabel

Variabel	Study Group N=80	Group				*P-Value*
		Jawa Barat (N=20)	Jawa Timur (N=20)	Jawa Tengah (N=20)	Yogyakarta (N=20)	
Height (cm)	167.94 ± 94	169.70 ± 7.29	166.60 ± 7.73	168.95 ± 95	166.50 ± 9.75	0.432
Weight (kg)	60.59 ± 9.19	61.10 ± 8.35	59.61 ± 8.24	62.30 ± 7.63	59.35 ± 12.24	0.726
FAT (%)	14.82 ± 9.36	13.10 ± 2.55	17.01 ± 17.82	14.60 ± 2.18	14.60 ± 5.27	0.625

(Huruf pada tabel menyesuaikan lebar tabel)

Copyright © 2024, e-ISSN 2963-1572

Gambar. Deskripsi gambar harus diletakkan di bawah gambar dan ditulis dalam Times New Roman, 12pt.



Gambar 1. Test Information Function

Jika tabel atau gambar yang cantumkan hasil dari adaptasi milik orang lain maka penulis memerlukan izin tertulis dari pemegang hak cipta untuk reproduksi. Setelah itu penulis menyerahkan izin tertulis tersebut kepada Editor setelah dinyatakan diterima untuk publikasi.

PEMBAHASAN

Pembahasan merupakan bagian utama dari seluruh isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah yang ada pada penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan mengartikulisaikan/analisis hasil.

Dimulai dengan menunjukan hasil penelitian, selanjutnya dihubungkan dengan teori dan penelitian sebelumnya, apakah memperkuat atau malah menjadi temuan baru. Jelaskan factor baru dan penting yang memengaruhi hasil penelitan. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang apa yang ada dalam hasil. Diakhir bisa menjelaskan dampak penelitian dan batasannya.

KESIMPULAN

Kesimpulan merupakan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan utama. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka.

Copyright © 2024, e-ISSN 2963-1572

UCAPAN TERIMA KASIH (jika ada)

Penulis terkadang perlu mengungkapkan ucapan terima kasih kepada orang/kelompok orang/organisasi/lembaga atas dukungannya sehingga penelitian dapat terlaksana.

REFERENSI

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 20 sumber yang 80% dari keseluruhan referensi bersumber pada artikel jurnal nasional hingga jurnal internasional. Pustaka menggunakan **APA 6th Edition dan sitasi dan bibliografi menggunakan *sofware* Mendeley**.

Pustaka Primer (Jurnal):

Araujo, G. De, Gobatto, F. M.-, Papoti, M., Camargo, B., & Gobatto, C. (2014). Anaerobic and Aerobic Performances in Elite Basketball Players. *Journal of Human Kinetics*, *42*, 137–147. https://doi.org/10.2478/hukin-2014-0068

Hoffmann, J. J., Reed, J. P., Leiting, K., Chiang, C. Y., & Stone, M. H. (2014). Repeated sprints, high-intensity interval training, small-sided games: Theory and application to field sports. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, *9*(2), 352–357. https://doi.org/10.1123/IJSPP.2013-0189

Buku Teks:

Maksum, A. (2008). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Univesity Press.

Coker, C. A. (2017). *Motor learning and control for practitioners*. New York: Routledge.

Prosiding:

Nurkholis, Moh. (2015). Kontribusi Pendidikan Jasmani dalam Menciptakan SDM yang Berdaya Saing di Era Global. *Prosiding.* Seminar Nasional Olahraga UNY Yogyakarta; 192-201.

Skripsi/Tesis/Disertasi:

Hanief, Y.N. (2014). Pengaruh Latihan Pliometrik dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 50 M. *Skripsi.* Program Studi Pendidikan Kepelatihan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Copyright © 2024, e-ISSN 2963-1572