

---

**JUDUL PADA BARIS PERTAMA DI TULIS MENGGUNAKAN BAHASA INDONESIA DENGAN  
UPPERCASE [Cambria-12, Bold]**

**JUDUL PADA BARIS KE DUA DI TULIS MENGGUNAKAN BAHASA INGGRIS DENGAN  
UPPERCASE [Cambria -12, Bold-Italic]**

**Nama Penulis<sup>1</sup>, Nama Penulis<sup>2</sup>, Nama Penulis<sup>3</sup>. [Cambria -12, Bold]**

<sup>1</sup>Afiliasi Penulis (Program studi/fakultas, Universitas), Alamat Afiliasi, Negara [Cambria -11]

<sup>2</sup>Afiliasi Penulis (Program studi/fakultas, Universitas), Alamat Afiliasi, Negara [Cambria -11]

<sup>3</sup>Afiliasi Penulis (Program studi/fakultas, Universitas), Alamat Afiliasi, Negara [Cambria -11]

**\*Corresponding Author. E-mail: [corresponding@mail.com](mailto:corresponding@mail.com) [Cambria -11, Bold]**

---

Received: 1 January 2022; Revised: 15 January 2022; Accepted: 30 January 2022 [Cambria -10]

---

**Abstrak**

Abstrak berbahasa Indonesia ditulis menggunakan [Cambria -11]. Jarak antar baris satu spasi. Abstrak berisi 150-200 kata dan hanya terdiri atas 1 paragraf yang memuat tujuan, metode, hasil penelitian dan kesimpulan.

**Kata Kunci:** kata kunci 1, kata kunci 2, kata kunci 3, dst (minimal 3 kata kunci yang berisi kata atau frase yang penting, spesifik, atau representatif bagi artikel ini) [Cambria -11]

**Abstract**

*The second abstract in English was written using the [Cambria -11]. The distance between lines is one space. Abstract contains 150-200 words and only consists of 1 paragraph which contains objectives, methods, research results and conclusions.*

**Keywords:** keyword 1, keyword 2, keyword 3, etc. (at least 3 keywords that contain important, specific, or representative words or phrases for this article)

**How To Cite:** Nama Belakang, Nama Depan. (Tahun). Judul Artikel. *Unnes Journal of Sport Sciences*, Volume 6 (1), Halaman. [Cambria-10]



Unnes Journal of Sport Sciences is an open access article under the **CC-BY-SA 4.0**

---

[Cambria-10]

---

**PENDAHULUAN**

Berisi latar belakang, rasional, dan atau urgensi penelitian. Referensi (pustaka atau penelitian relevan), perlu dicantumkan dalam bagian ini, hubungannya dengan justifikasi urgensi penelitian, pemunculan permasalahan penelitian, alternatif solusi, dan solusi yang dipilih. Cara penulisan sumber dalam teks merujuk pada aturan APA. Sebagai contoh adalah: Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji validitas dan reliabilitas instrumen tes fisik pencak silat remaja kategori tanding memiliki nilai  $p < 0.05$  (Saputro, 2018). Derajat kemutakhiran bahan yang diacu dengan melihat proporsi 10 tahun terakhir dan mengacu pustaka primer. Permasalahan dan tujuan, serta kegunaan penelitian ditulis secara naratif dalam paragraf-paragraf, tidak perlu diberi subjudul khusus. Apabila dirasa perlu, definisi operasional juga ditulis naratif. Pendahuluan ditulis dengan Cambria-12 tegak, dengan spasi 1.

Tiap paragraf diawali kata yang menjorok ke dalam 5 digit, atau sekitar 1 cm dari tepi kiri tiap kolom. Margin yang digunakan adalah 2 cm tepi kiri dan kanan, 2 cm atas dan bawah. [Cambria-12, 1 spasi]

## METODE

Penulisan metode penelitian berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik sampling, teknik pengukuran data, dan analisis data. Sebaiknya menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah [cambria-12, 1 spasi]

Semua persamaan dan rumus harus dirujuk dalam teks menggunakan angka berurutan dalam tanda kurung, lihat persamaan (1) sebagai contoh. Persamaan atau rumus yang ditampilkan harus dipusatkan dan diatur pada baris terpisah dengan ruang ekstra di atas dan di bawah. Rumus harus diberi nomor untuk referensi dan jumlahnya harus berurutan, dengan angka yang diapit tanda kurung dan ditetapkan pada margin kanan [cambria-12, 1 spasi]

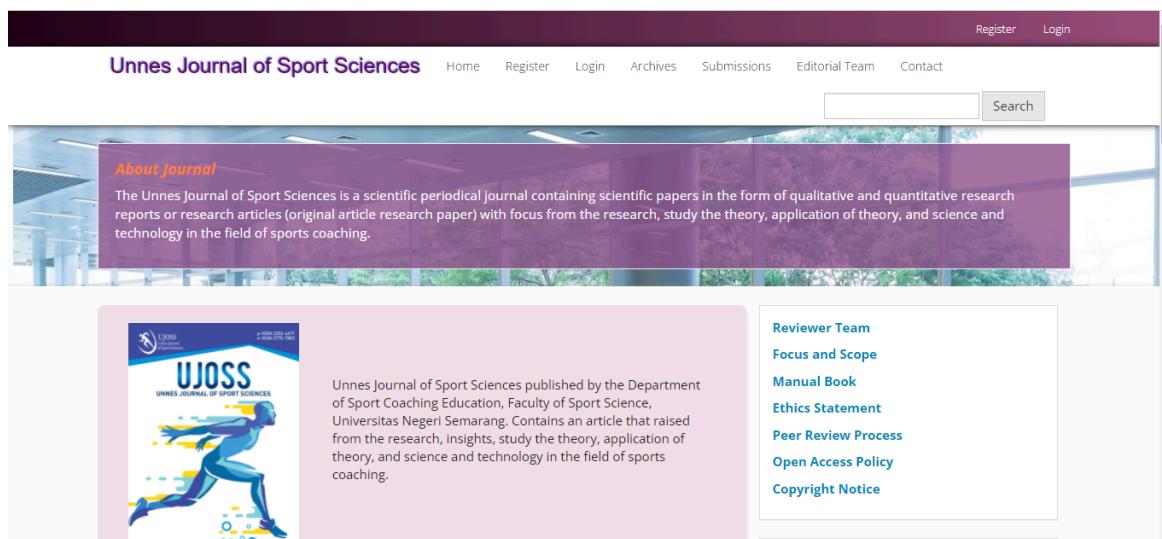
$$a^2+b^2=c^2. \quad (1)$$

## HASIL

Bab hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan beserta interpretasi analisis data. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Hasil bisa dalam bentuk tabel, teks, atau gambar. Penyebutan adanya gambar atau tabel seharusnya mendahului gambar atau tabel yang disajikan. Gambar atau tabel diacu dengan menggunakan angka, bukan menggunakan gambar di atas atau gambar di bawah. [Cambria-12, 1 spasi]

**Tabel 1.** Judul tabel ditulis di atas tabel [Sentence case, Cambria-12]

Rentang Nilai	Keterangan
1-5	Sangat Kurang
6-10	Kurang
11-15	Cukup
16-20	Baik
21-25	Sangat Baik



The Unnes Journal of Sport Sciences is a scientific periodical journal containing scientific papers in the form of qualitative and quantitative research reports or research articles (original article research paper) with focus from the research, study the theory, application of theory, and science and technology in the field of sports coaching.

Unnes Journal of Sport Sciences published by the Department of Sport Coaching Education, Faculty of Sport Science, Universitas Negeri Semarang. Contains an article that raised from the research, insights, study the theory, application of theory, and science and technology in the field of sports coaching.

**Reviewer Team**  
**Focus and Scope**  
**Manual Book**  
**Ethics Statement**  
**Peer Review Process**  
**Open Access Policy**  
**Copyright Notice**

**Gambar 1.** Judul gambar,diagram/bahan ditulis di bawah [[Sentence case, Cambria-12](#)]

## PEMBAHASAN

Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Mulailah dengan memaparkan hasil temuan. Kemudian kaitkan dengan teori dan penelitian terdahulu, apakah hasil temuan tersebut memperkuat atau justru mengoreksi temuan/teori yang sudah ada. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Sertakan juga bahasan dampak penelitian dan keterbatasannya. [[Cambria-12, 1 spasi](#)]

## SIMPULAN

Tuliskan hasil kesimpulan Anda dalam bagian ini. Singkat saja tetapi jelas. Jangan mengulang terlalu banyak hal-hal pada bagian hasil dan pembahasan. Bagian ini cukup satu paragraf saja. Sebaiknya dibuat dalam kalimat yang ringkas, dapat dengan mudah dilaksanakan, dan diajukan kepada pihak-pihak yang terkait. [[Cambria-12, 1 spasi](#)]

## DAFTAR PUSTAKA

Direkomendasikan menggunakan minimal 80 persen artikel jurnal nasional maupun internasional dengan minimal 25 referensi primer terbaru atau 10 tahun terakhir dengan acuan kutipan *APA Style* (American Psychological Association). Gunakan aplikasi *Reference Manager*, seperti *Zotero*, *Mendeley*, atau aplikasi yang lain. Ditulis dalam spasi tunggal, antar daftar pustaka diberi jarak 1 spasi. [[Cambria-12, 1 spasi](#)]