

PENGETAHUAN GIZI UNTUK ATLIT

Zarwan

Universitas Negeri Indonesia (UNP), Indonesia

Abstrak: Pada saat sekarang ini, pembinaan prestasi olahraga tidak bisa dilepaskan dari pemenuhan gizi atlet. Pemenuhan gizi atlet didapat dari pengaturan makan yang tepat serta gizi seimbang, untuk itu sangat diperlukan pengetahuan gizi pada atlet. Banyak para atlet tidak mengetahui apa yang harus dimakan dan berapa banyak yang harus dimakan dan berapa energy yang diperlukan. Energy yang diperlukan atlet untuk latihan berasal dari zat gizi seperti karbohidrat, lemak dan protein, kemudian ditambah dengan gizi lain seperti vitamin dan mineral sebagai zat pengatur. Kebutuhan energi bagi setiap atlet berbeda-beda, tergantung pada usia, jenis cabang olahraga dan jenis kelamin. Untuk mengetahui kebutuhan energi, maka harus diketahui terlebih dahulu energy yang dikeluarkan melalui penghitungan energy-energi yang diperlukan organ tubuh seperti basal metabolic rate (BMR) dan Specific dynamic action (SDA), serta aktifitas harian dan kegiatan olahraga sesuai jenis olahraga yang ditekuni.

A. Pendahuluan

Gizi bukan merupakan pengetahuan baru bagi kita, karena mulai Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah Tingkat Atas selalu diberikan pengetahuan gizi oleh guru. Dalam kehidupan sehari-hari peranannya sangat penting dan begitu juga dalam pembinaan olahraga untuk mendapatkan prestasi yang tinggi. Latihan yang cukup dan teratur belum tentu akan menjamin keberhasilan tanpa ditunjang oleh gizi yang cukup atau seimbang. Banyak atlet yang tidak mengetahui apa yang harus dimakan dan bagaimana cara pengaturan makan yang tepat untuk pemenuhan gizi yang cukup. Sehingga sering dijumpai perilaku makan yang berbeda-beda, makan bagi mereka adalah untuk kenyang dan melepaskan kepuasan. Bahkan sampai melupakan apa yang harus dimakan, berapa banyak dan manfaatnya untuk apa.

Kebutuhan zat-zat gizi pada atlet pada dasarnya tidaklah berlebihan seperti dibayangkan orang, akan tetapi sesuai dengan komposisi tubuh, jenis dan macam kegiatan fisik, faktor lingkungan dan tersedianya bahan makanan, menjadi pegangan utama. Sedikitnya diperlukan 40 macam zat untuk keperluan sehari-hari dalam waktu yang bersamaan, oleh karena itu makanan yang beraneka ragam khususnya yang berasal dari sumber alami (natural) merupakan pilihan yang harus diperhatikan.

B. Macam dan Fungsi Zat Gizi

Berdasarkan jenisnya secara garis besar zat gizi terdiri dari lima macam yakni; karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral. Semua zat gizi tersebut mempunyai fungsi yang berbeda namun yang jelas fungsi makan yang utama adalah untuk menghasilkan energi.

1. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber energi utama dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam kegiatan olahraga. Menurut Suniar (2002) "1 gram karbohidrat menghasilkan 4 Kilo Kalori". Karbohidrat banyak terdapat dari bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan (nabati) terutama padi-padian, ubi-ubian, sagu dan tebu serta buah-buahan yang berasa manis serta hasil olahannya seperti tepung dan lainnya. Karbohidrat yang menghasilkan tepung disebut karbohidrat kompleks seperti : roti, nasi, kentang, talas, ubi, sagu, kacang-kacangan, jagung dan lain-lain. Bahan makan tersebut juga mengandung banyak vitamin dan mineral yang berperan dalam metabolisme karbohidrat dan serat makanan.

2. Protein

Protein merupakan bahan makanan yang berfungsi sebagai zat pembangun, disamping zat pembangunan protein juga sebagai penghasil energi. Sebagai zat penghasil energi, protein diperlukan terutama bila energi yang berasal dari karbohidrat dan lemak tidak cukup misalnya pada puasa yang lama. Sebagai zat pembangun protein diperlukan untuk pertumbuhan, pembentukan sel/jaringan, pengganti jaringan yang rusak, pembentukan enzim dan hormon yang berperan dalam proses pencernaan dan metabolisme serta pembentukan hemoglobin dan anti bodi.

Protein dapat dibedakan dari dua jenis, pertama berasal dari hewani dan yang berasal dari nabati. Berdasarkan sumber protein tersebut, tentu masing-masing mempunyai keunggulan. Protein hewani mempunyai nilai hayati (kualitas) yang lebih baik dari protein nabati. Hal ini disebabkan karena protein hewani mengandung semua asam-asam amino esensial sedangkan protein nabati biasanya kurang lengkap. Protein hewani lebih mudah dicerna dan lebih cepat diserap dari pada protein nabati.

Tabel 1. Bahan Makanan Kaya Protein

Sumber hewani biasanya tinggi lemak	Sumber nabati, biasanya tinggi karbohidrat dan serat
Daging, daging unggas, telur, susu, ikan, kerang, kepiting dan lain-lain. Produk susu : keju, yoghurt dan lain-lain.	Kacang-kacangan, tahu, tempe. Bahan makanan yang terbuat dari kentang, sereal, beras. Bahan makanan yang terbuat dari tepung : roti, pasta, mie dan lain-lain

Sumber: Depkes

3. Lemak

Lemak merupakan zat giz yang tinggi kalori, kandungan energinya lebih dari dua kali kandungan energi karbohidrat dan protein yakni 9 kal. Namun demikian energy lemak bukan merupakan energy utama dalam tubuh, tapi merupakan energy cadangan apabila energy yang berasal dari karbohidrat sudah habis atau tidak mencukupi. Semua makanan yang berlebih, maka tubuh akan menyimpannya dalam bentuk lemak, sehingga ditemukanlah seseorang yang berbadan gemuk karena kelebihan lemak. Kelebihan lemak bagai atlit sangat merugikan, karena akan dapat menghambat pergerakan atlit, seperti; kecepatan, kelenturan, kelincahan, kekuatan dan kelincahan menurun. Selain berfungsi sebagai energy cadangan, lemak juga berfungsi membentuk jaringan tubuh serta merupakan pelarut vitamin-vitamin A, D, E dan K.

Tabel `2. Bahan Makanan Sumber Lemak

Lemak yang terlihat	Lemak yang tidak terlihat	Bahan makanan rendah lemak
Mentega, margarin lemak sapi, domba babi, unggas. Minyak kulit ayam/bebek	Lemak daging, lemak ikan, makan terbuat dari daging. Keju, mayonnaise, lemak susu, krim, peanut butter. Lemak kacang makanan digoreng.	Susu skim, Produk susu skim yoghurt, daging putih dari unggas tanpa kulit ikan putih : "Code fish".

Sebagai bahan perbandingan nilai kalori yang dikandung dari ketiga sumber energy di atas, dapat dilihat sebagai tabel berikut:

Tabel 3. Nilai Energi dari Zat-zat Gizi

Zat Gizi Sumber Energi	Nilai Energi setiap 1 gram	
	Kilo kalori (kal)	Kilo joule (kj)
Karbohidrat (gula atau tepung)	4	17
Protein	4	17
Lemak	9	37

Sumber. Sport and Nutrition dalam Depkes, 1993:

4. Vitamin

Vitamin merupakan zat gizi, yang juga sangat dibutuhkan oleh tubuh, namun fungsinya bukan sebagai penghasil energy. Fungsi utama dri vitamin adalah sebagai zat pengatur. Kebutuhan vitamin dalam tubuh sangat sedikit, namun tidak bisa diabaikan atau tidak ada vitamin dalam makan sehari-hari. Apabila kita makan setiap hari bervariasi serta dalam jumlah yang cukup, maka kebutuhan vitamin sebetulnya sudah terpenuhi. Vitamin adalah senyawa organik yang diperlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit untuk mengatur fungsi-fungsi tubuh yang spesifik seperti :

pertumbuhan normal, memelihara kesehatan dan reproduksi. Vitamin dapat digolongkan menjadi vitamin yang larut dalam lemak, yaitu : Vitamin A, D, E dan K yang dapat disimpan dalam jumlah yang cukup besar dalam jaringan tubuh (terutama hati) dan vitamin yang larut dalam air seperti : kelompok vitamin B dan vitamin C, yang tidak dapat disimpan dalam tubuh sehingga defisiensi vitamin B dan C lebih mudah terjadi. Kebutuhan vitamin dapat meningkat apabila seseorang mengalami hal-halk sebagai berikut:

1. Kebiasaan minum alkohol dapat mengganggu penyerapan vitamin B₁, asam folat, vitamin B₁₂ dan C.
2. Kebiasaan makan aspirin dosis tinggi dan obat-obatan anti inflamasi lainnya dapat menurunkan kadar vitamin C.
3. Kontrasepsi oral dapat mengurangi cadangan tubuh akan vitamin B₁, B₂, B₆ asam folat dan C.
4. Merokok meningkatkan kebutuhan akan vitamin C dan mengganggu metabolisme vitamin B₁ dan B₁₂.

Setiap vitamin mempunyai fungsi-fungsi khusus, walaupun demikian beberapa vitamin dapat berperan bersama-sama dalam mengatur fungsi-fungsi tubuh, misalnya memacu dan memelihara

- a. Pertumbuhan
- b. Reproduksi
- c. Kesehatan dan kekuatan tubuh
- d. Stabilitas sistem syaraf
- e. Selera makan yang normal
- f. Pencernaan
- g. Penggunaan (utilisasi) zat-zat makanan
- h. Daya tahan tubuh terhadap infeksi

5. Mineral

Mineral merupakan salah zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh, namun kebutuhannya sangat sedikit, sama halnya dengan vitamin. Ada beberapa jenis mineral yang sangat dibutuhkan tubuh seperti; Natrium (Na), Kalium (K), Kalsium (Ca), Fosfor (P) dan Magnesium (Mg) yang digolongkan sebagai Makromineral. Biasanya dikonsumsi dalam bentuk garam mineral, seperti : NaCl (garam meja), apabila dilarutkan dalam air, maka akan terurai menjadi komponen-komponennya, misalnya NaCl terurai menjadi ion-ion Na⁺ dan Cl⁻ yang disebut sebagai elektrolit. Kemudian ada lagi jenis mineral yang sangat dibutuhkan oleh tubuh tapi jumlahnya sangat sedikit "trace element" . Mineral-mineral tersebut adalah, antara lain zat besi (Fe), tembaga (Cu), seng (Zn), Mangan (Mn), Jodium (J) dan Flouride (F). Zat-zat tersebut merupakan komponen yang penting dari tulang, jaringan pengikat, haemoglobin, hormon, enzim, dan lain-lain. Mineral juga esensial untuk memelihara fungsi-fungsi syaraf dan otot. Bagi atlet kebutuhan mineral ini sangat diperhatikan apa lagi mineral Fe, dan kalsium.

Tabel 6. Bahan Makanan Sumber dan Fungsi Mineral

Mineral	Bahan Makanan Sumber	Fungsi
Na : Sodium (Natrium)	Garam meja, keju, daging, ikan, additive	Transmisi neuromuskular, (kondisi syaraf), keseimbangan, asam basa.
K : Potasium (Kalium)	Daging, susu, sayuran, sereal, kacang, buah-buahan segar.	Transmisi neuromuskular, (kondisi syaraf), keseimbangan, asam basa.
Ca : Kalsium (Calcium)	Susu, keju, kacang, sayuran hijau, roti, ikan kecil (yang dimakan dengan tulangnya).	Struktur tulang/gigi, konduksi, pembekuan darah.
Mg : Magnesium	Sayuran hijau, daging, produk susu, sereal.	Transmisi neuromuskular, pembentukan tulang, reaksi enzim.
P : Fosfor (Phosphorus)	Beras, sereal, daging, susu, sayuran hijau.	Pembentukan tulang/ gigi, metabolisme energi.
Fe : Zat besi (Iron)	Kacang/biji-bijian, organ, daging merah, telur, sayuran hijau.	Pembentukan haemoglobin.
Zn : Seng (Zinc)	Daging, seafood, sayuran hijau. Kerang/kepiting, daging, kacang, coklat/cocoa.	Pembentukan enzim
Cu : Tembaga (Copper)	Seafood, telur, produk susu. Seafood, air teh.	Pembentukan enzim
J : Iodium (Iodine)	Kacang, buah kering, sereal/beras, the.	Fungsi kelenjar tiroid
F : Fluoride	Daging dan produk susu, telur.	Struktur gigi
Mn : Manganese	Seafood, daging, beras.	Pembentukan enzim
Cr : Chromium Se : Selenium		Metabolisme insulin/ glukosa. Antioksidan (membran) transfer elektron.

C. Penghitungan Kebutuhan Gizi Atlet

Kebutuhan energi dapat dihitung berdasarkan energi yang dikeluarkan setiap hari, kebutuhan energi ini sangat tergantung dari metabolic rate (BMR) yakni energi yang dipergunakan oleh organ-organ tubuh vital seperti jantung, paru, pembuluh darah dan persyarafan, kemudian specific dynamic action (SDA) yang besarnya 10% BMR, tingkat aktifitas fisik dan kegiatan olahraga

1. Langkah 1

Tentukan basal metabolic rate (BMR) yang sesuai dengan jenis kelamin, umur dan berat badan. Caranya menentukan BMR dengan melihat tabel 7.

Tambahan BMR dengan specific dynamic action (SDA) yang besarnya 10% BMR, BMR + SDA (10% BMR)

Tabel. 7. Tentukan BMR berdasarkan berat badan

Jenis kelamin	Berat badan (kg)	Energi(kalori)		
		10-18 th	18-30 th	30-60 th
Laki-laki	55	1625	1514	1499
	60	1713	1589	1556
	65	1801	1664	1613
	70	1889	1739	1670
	75	1977	1814	1727
	80	2065	1889	1785
	85	2154	1964	1842
	90	2242	2039	1899
Perempuan	40	1224	1075	1167
	45	1291	1149	1207
	50	1357	1223	1248
	55	1424	1296	1288
	60	1491	1370	1329
	65	1557	1444	1369
	70	1624	1516	1410
	75	1691	1592	1450

Sumber: Burke dalam Depkes 1997

2. Tentukan SDA

Specific dynamic action (SDA) yang besarnya 10% BMR

3. Tentukan Aktifitas fisik (perkalian dengan BMR)

Aktivitas fisik setiap hari ditentukan tingkatnya, kemudian, hitung besarnya energi untuk aktifitas fisik tersebut (tanpa kegiatan olahraga) seperti tabel berikut:

Tabel 8. Tingkat Aktivitas

Tingkat aktifitas	Laki-laki	Perempuan
Istirahat di tempat tidur	1,2	1,2
Kerja sangat ringan	1,4	1,4
Kerja ringan	1,5	1,5
Kerja ringan – sedang	1,7	1,6
Kerja sedang	1,8	1,7
Kerja berat	2,1	1,8
Kerja berat sekali	2,3	2,0

Sumber: Burke dalam Depkes 1997

4. Tentukan kegiatan olahraga

Tentukan penggunaan energi sesuai dengan latihan atau pertandingan olahraga dengan menggunakan tabel 9. Kalikan jumlah jam yang digunakan untuk latihan per minggu dengan besar energi yang dikeluarkan untuk aktifitas olahraga. Total energi yang didapatkan dari perhitungan energi dalam seminggu, kemudian dibagi dengan 7 untuk mendapatkan penggunaan energi yang dikeluarkan per hari.

Tabel 9. Kebutuhan energi berdasarkan aktifitas olahraga (Kal/menit)

Aktifitas Olahraga	50	60	70	80	90
Balap sepeda: - 9 km/jam	3	4	4	5	6
- 15 km/jam	5	6	7	8	9
- bertanding	8	10	12	13	15
Bulutangkis	5	6	7	7	9
Bola basket	7	8	10	11	12
Bola voli	2	3	4	4	5
Dayung	5	6	7	8	9
Golf	4	5	6	7	8
Hockey	4	5	6	7	8
Jalan kaki : - 10 menit/km	5	6	7	8	9
- 8 menit/km	6	7	8	10	11
- 5 menit/km\	10	12	15	17	19
Lari : - 5,5 menit/km	10	12	14	15	17
- 5 menit/km	10	12	15	17	19
- 4,5 menit/km	11	13	15	18	20
- 4 menit/km	13	15	18	21	23
Renang : - gaya bebas	8	10	11	12	14
- gaya punggung	9	10	12	13	15
- gaya dada	8	10	11	13	15
Senam	3	4	5	5	6
Senam aerobik : - pemula	5	6	7	8	9
- terampil	7	8	9	10	12
Tenis lapangan : - rekreasi	4	4	5	5	6
- bertanding	9	10	12	14	15
Tenis meja	3	4	5	5	6
Tinju : - latihan	11	13	15	18	20
- bertanding	7	8	10	11	12
Yudo	10	12	14	15	17

Sumber: Burke dalam Depkes 1997

Contoh perhitungan energi seorang atlet

Widya seorang mahasiswi berumur 20 tahun mempunyai tinggi badan 160 cm dan berat badan 60 kg. Dia seorang atlet bola basket dalam tim nasional. Dia berlatih berupa lari 3 hari seminggu dengan kecepatan 5 menit/km selama satu jam. Selain itu, Widya berlatih bola basket dua kali

seminggu selama 20 menit. Aktifitas sehari-hari berupa aktifitas ringan sedang, misalnya pergi ke kampus, belajar.

Cara menghitung kebutuhan energi

1. BMR untuk wanita dengan berat badan 60 kg yaitu 1491 kalori (tabel7)
2. SDA yaitu $10\% \times 1491 = 149$
Jumlah BMR dengan SDA yaitu $1491 + 149 = 1640$ kalori
3. Tentukan faktor aktifitas fisik kerja ringan sedang yaitu 1,6
 $1,6 \times 1640 = 2624$
4. Latihan lari setiap minggu yaitu : $3 \times 60 \times 10 = 1800$ kalori/mg
Latihan bola basket setiap minggu yaitu: $2 \times 30 \times 7 = 420$ kalori/mg

Gunakan tabel 9 pada perhitungan aktifitas olahraga.

Kebutuhan energi untuk aktifitas olahraga (lari dan latihan bola basket) adalah $1800 + 420 = 2220$ kalori/minggu.

Kebutuhan energi untuk aktifitas olahraga/hari adalah :

$2220 : 7 = 317$ kalori

Jadi total kebutuhan energi /hari adalah $2624 + 317 = 2941$ kalori

Widya membutuhkan energi setiap hari yang berasal dari makanan yang dia konsumsi adalah 2941 kalori.

Daftar Pustaka

- Depkes RI, 2000. Pedoman Pelatihan Gizi Olahraga Untuk Prestasi. Jakarta: Depkes
- Depkes RI. 1993. Buku Gizi Institusi, Gizi Olahraga, Sehat, Bugar dan Berprestasi. Jakarta : Depkes.
- Depkes RI. 1997. Gizi Olahraga Untuk Prestasi. Jakarta : Depkes
- Depkes RI. 1993. Pedoman Pengaturan Makan Atlit. Jakarta : Depkes
- Karyadi, Darwin dan Muhilal. 1996. Gizi Yang Dianjurkan. Jakarta : Gramedia
- Leane Suniar,2002. Dukungan Zat-Zat Gizi Untuk Menunjang Prestasi Olahraga. Jakarta: Kalamedia

PROFIL LULUSAN (*TRACER STUDY*) PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI PADANG TAHUN 2007-2011

Willadi Rasyid
Padang State University

Abstrak; Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil lulusan alumni program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang bekerja sebagai Negeri atau Swasta. Populasi dalam penelitian ini adalah Alumni Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang lulus tahun 2007 – 2011, sebanyak 250 orang. Penelitian ini adalah penelitian sensus karena semua popuasi dijadikan obyek dalam penelitian ini . Kusioner yang dibagikan sebanyak 250 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) Hasil penelitian *Trecer Study* menyimpulkan diperoleh informasih dari alumni bahwa rata-rata masa tunggu sebelum mendapatkan pekerjaan \pm 21 bulan , 2) Persentase lulusan alumni Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang bekerja sesuai dengan bidang keahlian untuk guru Penjasorkes di SD, SLTP dan SLTA secara keseluruhan \pm 83 % dan Lulusan yang tidak sesuai 17 % yaitu jadi ABRI, PEMDA, POLRI DISPORA, Wiraswasta. 3) Pihak pengguna Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi menyatakan memiliki Integritas, profesionalisme, pengguna teknologi informasi, komunikasi, kerja sama tim dan bahasa Inggris tergolong baik sekali 32,28 % dan tergolong baik 37,14 % dan kategori Sedang 28,57 % dan tergolog kurang sebanyak 2,85%. Gaji yang diterima saat ini sudah di atas UMR. Alumni sangat mengharapkan peningkatan kualitas hasil lulusan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi meliputi : pelayanan mahasiswa, inovasi pembelajaran Penjas,

Pendahuluan

Pada tahun 1989 Jurusan Pendidikan Olahraga diberi mandat oleh fakultas untuk menyelenggarakan Program Studi S1 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek). Tujuan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi adalah 1) Menghasilkan lulusan tenaga kependidikan jasmani yang profesional pada pendidikan dasar, menengah, dan 2) lulusan tenaga kependidikan jasmani yang mampu melaksanakan pengabdian masyarakat dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga (*universal*) 3) menghasilkan lulusan

yang dapat mengakses dan menciptakan lapangan kerja dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga sesuai dengan kebutuhan masyarakat global.

Untuk memenuhi tujuan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (penjaskesrek) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, terdapat beberapa kebutuhan yang mendasar pada program studi Penjaskesrek perlu dilakukan untuk meningkatkan kualitas lulus yaitu 1) pengembangan dan peningkatan Sumber Daya Manusia staf pengajar, 2) peningkatan sarana dan prasarana, 3) meningkatkan peran aktif labor yang ada di Fakultas dalam praktikum 4) pengembangan sarana proses pembelajaran, 5) mutu penyelenggaraan akademik, 6) peningkatan mutu layanan Administrasi pada mahasiswa, 7) peningkatan mutu perencanaan

Usulan program pada masing-masing kegiatan yang dijabarkan dalam rencana pengembangan Jurusan bertujuan untuk menciptakan proses belajar mengajar yang kondusif, efektif sehingga IP dan mutu lulusan meningkat dan masa lama studi semakin pendek serta masa tunggu kerja relative singkat dan lulusan yang dihasilkan siap bersaing dalam menghadapi pasar global serta memberikan bekal akademis yang profesional.

Sementara ini hubungan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dengan *Stakeholder* mencakup hubungan dengan Dinas Pendidikan kabupaten kota di Sumatera Barat, sekolah-sekolah sampai saat ini hanya hubungan sebatas Proses Belajar Mengajar yang dilakukan saat mahasiswa melakukan Praktek kerja Lapangan (PKL) di Sekolah, dan hubungan tersebut belum sampai kepada penyaluran lulusan alumni. Semenjak Tahun 1981 sampai dengan sekarang Fakultas Ilmu Keolahraagan Universitas Negeri Padang belum memiliki bursa kerja khusus (BKK), walaupun beberapa lulusan telah disalurkan ke beberapa Intansi yang menerima pegawai seperti Dinas Pendidikan kabupaten Kota. Sekolah, Sanggar Kebugaran, Dinas Olahraga, dan selama ini hanya bersifat isidental seperti pihak asosiasi di undang untuk member masukan pada pengembangan kurikulum program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif yang berfokus pada pemetaan lulusan yang berkaitan dengan keahlian yang dialami dalam perkuliahan. Selanjutnya Informasi yang didapatkan dari alumni akan sangat bermanfaat sebagai dasar pengembangan dan peningkatan mutu lulusan dari Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan rekreasi.

Berdasarkan kepada latar belakang masalah tersebut di atas dapat dirumuskan beberapa rumusan masalah:

1. Bagaimana pemetaan Lulusan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada dunia kerja?.

Bagaimana keterkaitan antara program studi keahlian pada saat perkuliahan dengan keahlian pada saat perkuliahan dengan aplikasi pada dunia kerja

Kajian Teori

Informasi Jurusan

Berdasarkan Keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 70/DIKTI/Kep/2007. Tugas Jurusan Pendidikan Olahraga ditugaskan mengelola Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (PenjasKesrek) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang . Program Studi ini diharapkan dapat mencetak calon guru yang profesional yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Mahasa Esa. (Borang Studi Jurusan Pendidikan Olahraga 2010)

Visi dan Misi Jurusan

Visi

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi mampu menghasilkan tenaga kependidikan jasmani dan olahraga yang berkualitas, unggul secara intelektual dan moral, menguasai IPTEK dan yang berlandaskan IMTAQ serta bertanggung jawab untuk mengembangkan pendidikan jasmani dan olahraga guna kepentingan masyarakat secara global.

Misi

- a. menyelenggarakan proses pendidikan secara akademik dan profesional dalam bidang pendidikan jasmani
- b. menghasilkan tenaga lulusan yang efektif dan efisien dalam bidang pendidikan jasmani
- c. menghasilkan tenaga lulusan yang dapat bersaing dalam skala internasional
- d. melaksanakan penelitian dan pengabdian masyarakat di bidang pendidikan jasmani dan olahraga

Tujuan dan Fungsi Jurusan

Tujuan Jurusan Pendidikan Olahraga dan Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang adalah

- a. Menghasilkan lulusan tenaga kependidikan jasmani yang profesional pada pendidikan dasar, menengah, dan pendidikan lanjutan
- b. Menghasilkan lulusan tenaga kependidikan jasmani yang mampu melaksanakan pengabdian masyarakat dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga (universal)
- c. Menghasilkan lulusan yang dapat mengakses dan menciptakan lapangan kerja dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga sesuai dengan kebutuhan masyarakat global

Dalam menjalankan fungsi Jurusan Pendidikan Olahraga program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang masih banyak mengalami kendala yang perlu diatasi secara bersama pula. Untuk memecahkan masalah yang dihadapi perlu kerja yang sinergi antara Fakultas , Jurusan dan Program Studi , dosen, tenaga administrasi dan mahasiswa.

Pengembangan Jurusan

Tahun 1999 IKIP Padang beralih fungsi ke Universitas Negeri Padang. Artinya disamping tugas utamanya mencetak sarjana pendidikan ,juga bias membuka jurusan non Pendidikan. Dengan beralih IKIP menjadi Universitas mengandung konsekuensi dalam berbagai hal termasuk dalam pengembangan jurusan di masing-masing Fakultas di Universitas Negeri Padang. Program yang akan dikembangkan tentu akan disesuaikan dengan kebutuhan tenaga kerja dimasyarakat.Rencana pengembangan dituangkan ke dalam Visi dan Misi dan Tujuan

Arah Pengembangan Jurusan

Untuk Mewujudkan Visi dan Misi Jurusan Pendidikan Olahraga program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dipengaruhi oleh banyak komponen antara lain :

Tata Pamong (*governance*), pengelolaan lembaga (*institutional management*)

Mahasiswa dan layanan bimbingan , kurikulum, suasana akademik, proses pembelajaran , penelitian dan publikasi , pengabdian kepada masyarakat, sistem peningkatan dan pengendalian mutu, sistem informasi, serta keberlanjutan (*sustainability*).

Selanjutnya harus ada dukungan dari pimpinan (Universitas, Fakultas, Jurusan) untuk mewujudkan visi ,misi, dan tujuan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan dan Rekreasi, berupa manajemen dan pendanaan secara reguler. Dukungan manajemen secara hirarki adalah dalam perumusan visi,misi, pelaksanaan, pelaksanaan , pengawasan dan pelaporan secara periodik setiap semester. Dukungan pendanaan yaitu adanya komitmen penyediaan pendamping program hibah dan pendanaan rutin sesuai dengan program yang direncanakan.

Sejumlah komponen tersebut masing-masing mempunyai kekuatan (*strength*) kelemahan (*weakness*) peluang/tu kesempatan (*opportunities*), dan tantangan (*threat*) tersendiri , komponen yang satu dengan yang lain saling berhubungan dan saling mempengaruhi. Untuk mencapai visi dan melaksanakan misi dan mencapai tujuan tersebut program studi berupaya mengurangi kelemahan dan mengoptimalkan kekuatan , dan menggunakan kesempatan dengan melihat tantangan yang ada.

Pengaruh globalisasi menyebabkan persaingan kerja semakin ketat . Hal ini merupakan tantangan era global, pendidikan tinggi mengembangkan arah perencanaan pendidikan secara acak ke

perencanaan pendidikan secara strategik. Dan dari pendekatan komparatif ke pendekatan kompetitif . Program jangka panjang Perguruan Tinggi tahun 2003-2010 yaitu mengembangkan kapasitas kelembagaan yang menekankan pada efektivitas, spirit otonomi

Dan organisasi yang sehat pada lembaga Perguruan Tinggi. Untuk memperbaiki mutu pendidikan, salah satu upaya yang dilakukan pendidikan tinggi berupa penerapan kurikulum berbasis kompetensi. Kebijakan kurikulum berbasis kompetensi ditetapkan melalui SK mendiknas Nomor 232/U/2000 dan No. 045/U/2002. Disamping itu, dalam UU No. 20 tahun 2003 menyelaskan perlunya peningkatan secara berencana dan berkala tentang standar isi, proses kompetensi lulusan, sarana dan prasarana, pengelolaan, pembiayaan penilaian pendidikan. Standar Nasional Pendidikan digunakan sebagai acuan pengembangan kurikulum, tenaga kependidikan, sarana dan prasarana, pengelolaan dan pembiayaan.

Arah pengembangan Jurusan Pendidikan Olahraga dengan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan mengacu kepada Kerangka Pengembangan Perguruan Tinggi Jangka Panjang (KPPTJP) dari Dirjen Dikti. Sasaran yang ingin diwujudkan Universitas Negeri Padang 2007-2011 diarahkan terwujudnya pengembangan Universitas adalah untuk mencapai tujuan-tujuan di atas yang mengacu kepada 3(tiga), kebijakan pokok pembangunan Pendidikan Nasional sebagai mana tertuang dalam Renstra Pendidikan Nasional 2010-2015 yaitu, a) bidang pemerataan dan perluasan akses pendidikan ,b) bidang mutu , relevansi dan daya saing, serta c) bidang tata kelola, akuntabilitas dan pencitraan publik.

Strategi Pengembangan Jurusan

Strategi Jurusan Untuk mencapai tujuan tersebut dengan melakukan 3 (tiga) program : (Borang Studi Jurusan Pendidikan Olahraga 2010)

- a. Strategi Jangka pendek tercapai pada tahun 2010-2011 sesuai dengan standar ISO 2008:9001.
 - 1) Setiap perkuliahan dilengkapi dengan bahan ajar dan SAP mendekati 98%.
 - 2) Tingkat kehadiran dosen di ruang kuliah setiap semester minimal 95 %.
 - 3) Tingkat kehadiran mahasiswa di ruang kuliah setiap semester minimal 90 %
 - 4) Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) rata-rata mahasiswa S1 Min 3,25.
 - 5) Indeks Prestasi (IP) rata-rata setiap semester minimal 3,00.
- b. Strategi Jangka menengah (2010-2015).
 - 1) Masa studi mahasiswa S1 rata-rata 8 Semester.
 - 2) Dosen berkualifikasi S-2 menjadi 100 %.
 - 3) Dosen berkualifikasi S3 menjadi 25 %.
 - 4) Sarana dan prasarana penunjang serta memanfaatkan lingkungan sebagai sumber belajar minimal 90 %.

- 5) Pelaksanaan Pembelajaran berbasis Information Computer Technology (ICT) sudah mendekati 85 %.
- 6) Kerjasama secara lintasan Sektoral mencapai 15 Instansi

c. Strategi Jangka Panjang (2010-2015)

- 1) Tingkat kepuasan mahasiswa dalam aspek proses pembelajaran , pengembangan profesionalisme, dan akademis lainnya setiap semester dapat terpenuhi 95 %.
- 2) Tingkat kepuasan mahasiswa dalam aspek pembinaan minat dan bakat pada setiap semester dapat terpenuhi minimal 95 %.
- 3) Tingkat produktifitas lulusan minimal 85 %

Kerjasama Institusional

Hubungan antara program studi dengan stakeholder, Dinas Pendidikan kabuapten dan kota Se Sumatera Barat, dan Sekolah SD, SMP, SMA/SMK Se Sumatera Barat hanya sebatas Proses Belajar Mengajar (PBM) , yaitu Praktek Lapangan, belum sampai penyalur lulusan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Sejak mulai Fakultas Ilmu Keolahragaan berdiri sampai sekarang belum memiliki Bursa Kerja Khusus (BKK) walaupun lulusannya sudan banyak berkerja terutama menjadi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah mulai dari Sekolah dasar sampai ke |Sekolah Lanjutan Tingkat Atas. Mulai tahun 2011 sampai sekarang sudah ada kerjasama antar Dirjen Dikti dengan Universitas Negeri Padang untuk mengirimkan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ke daerah yang masih kurang tenga Guru seperti Provinsi Aceh dan Nusa Tenggara Barat (NTB)

Profil Lulusan (*Tracer Study*)

Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi sebagai salah satu program Studi yang ada di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Diharapkan dapat menghasilkan lulusan yang unggul, professional untuk menjadi guru penjasorkes dan dapat diserap oleh dunia kerja. Dalam memenuhi tuntutan tersebut perlu di rumuskan kompetensi lulusan yang sesuai dengan lapangan kerja. Salah satu tahapan kegiatan yang dilakukan dalam rangka mengetahui kompetensi yang diperlukan dalam dunia kerja guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah mulai dari SDsekolah Dasar sampai ke Sekolah Lanjutan Tingkat Atas dilakukan Tracer Study yang tudy ini dapat mengukur dan melacak kinerja lulusan sehingga diperoleh indikatoryang jelas tetang profil kerja untuk masa yang akan datang serta pelatihan yang yang perlu dilakukan. Dengan demikian Program Studi Pendidikan jasmani Kesehatan dan Rekreasi dapat mempersiapkan isi dan sistependidikan agar lulusan yang dihasilkan dapat beradaftasi dengan dunia kerja . Tujuan utama kegiatan

Tracer Study adalah mengidentifikasi kan kualitas lulusan Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Secara khusus Tracer Study ini adalah :

- a. Mengidentifikasi profil kompetensi alumni
- b. Mengetahui relevansi kurikulum yang telah diterapkan prodi Penjaskesrek dengan dunia kerja.
- c. Memberikan masukan kepada pengembangan kurikulum Prodi Penjaskesrek.
- d. Memperoleh gambaran kompetensi yang dibutuhkan oleh pengguna alumni Prodi Penjaskesrek.
- e. Memberikan masukan untuk akreditasi dan proposal dana bersaing.

Dalam kegiatan ini yang menjadi obyek adalah alumni prodi Penjaskesrek pengguna kurikulum 2007-2011 baik bekerja pada instansi pemerintah maupun swasta.

Metode Penelitian

Desain dan Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif (Sugiyono, 2011:15). Pada penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang pemetaan lulusan program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan metode pengambilan data dengan menggunakan Kusioner

Variabel Penelitian

Berdasarkan pemahaman , persepsi , dan analisis , kebutuhan , berikut disajikan variabel dan indikator dan jenis instrument.

Tabel 1

Variabel , indikator dan Pengukuran Dengan Rancangan Survey

No	Variabel	Indikator	Pengukuran
1.	Waktu Tunggu	1. Lama waktu tunggu dalam memperoleh pekerjaan	Angket
2.	Keterkaitan bidang ilmu dengan Pekerjaan	1. Bidang Ilmu atau keahlian waktu perkuliahan 2. Pekerjaan setelah Lulus dari Prodi Penjaskesrek	Angket
3	Kemampuan	1. Integritas 2. Profesionalisme 3. Penggunaan Teknologi Informasi 4. Komunikasi 5. Kerjasama Tim	Angket

Populasi dan Sampel

Populasi ini adalah Alumni lulusan tahun 2007-2011 Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani ditempat para alumni bekerja . Pengambilan sampel dengan teknik **Snauball sampling sebanyak 250 orang**

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk pengambiln data dalam penelitian ini adalah , dilakukan melalui angket atau kusioner , yang diberikan kepada alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Tamatan tahun 2007-2011 , melalui Reuni Akbar Alumni STO,FKIK,FPOK, FIK Tahun 2011 disamping dilakukan melalui Webset FIK UNP Padang

Teknik Analisa Data

Data yang didapat dalam penelitian ini dinalisis dengan menggunakan analisis statistic Statistik deskriptif dalam bentuk persentase dengan Rumus

$$P = \frac{X}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persen

X= Skor yang didapat

N= Jumlah Sampel

Hasil Penelitian

Dalam bab ini dikemukakan, hasil penelitian yang meliputi : deskripsi data, dan dilanjutkan dengan pembahasan hasil penelitian yang meliputi :

Deskripsi Data

Pada deskripsi data yang dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran variabel yang diteliti meliputi waktu tunggu, kesesuai bidang ilmu dengan pekerjaan dan kemampuan lulusan dari tanggapan pihak pengguna . Sebelum data diolah, menggunakan statistik deskriptif, maka dilakukan terlebih dahulu verifikasi data atau seleksi data. Tujuannya apakah masing-masing data telah memenuhi syarat diolah atau belum. Data yang memenuhi syarat untuk diolah dalam penelitian ini, apabila responden mengikuti seluruh aturan dalam pelaksanaan penelitian. Berdasarkan verifikasi data yang dilakukan terhadap sampel yang dijadikan obyek dalam penelitian ini yaitu sebanyak 250 orang seluruhnya dapat di olah dalam penelitian ini:

Waktu Tunggu Alumni Sebelum Dapat Pekerjaan

Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang . Berdasarkan angket yang diberikan pada responden, didapatkan hasil waktu masa tunggu alumni sebelum dapat pekerjaan sebagai berikut:

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Waktu Masa Tunggu Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Tahun 2007-2011

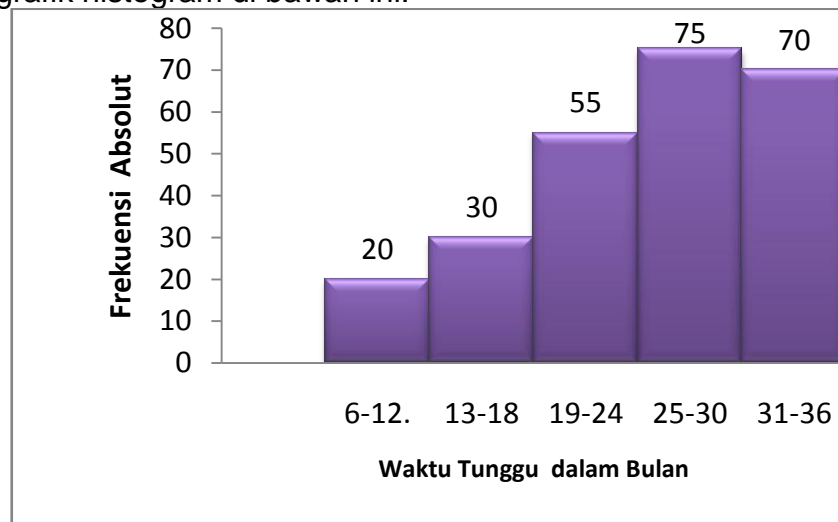
Waktu Masa Tunggu Kerja	fa	fr
6-12	20	8
13-18	30	12
19-24	55	22
25-30	75	30
31-36	70	28
Jumlah	250	100

Keterangan

fa = frekuensi absolute

fr= frekuensi relative dalam bentuk persen

Dari 250 orang sampel yang di jadikan obyek penelitian , ternyata waktu masa tunggu sebelum mendapatkan pekerjaan antara 6-12 bulan sebanyak 20 (8%), dan antara 13-18 bulan , 30 orang (12 %) dan antara 19-24 bulan 55 orang (22 %) dan antara 25-30 bulan , 75 orang (30%) dan antara 31-36 bulan, 70 orang (28 %) untuk lebih jelasnya dapat dilihat grafik histogram di bawah ini:



Gambar 1 : Distribusi Frekuensi Waktu Masa Tunggu Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Tahun 2007-2011

Dari uraian di atas, alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang tahun 2007-2012 , masa tunggu untuk mendapatkan pekerjaan, yang berada di atas rata-rat 145 Orang (58 %) dan yang berada dalam kelompok rata-rata 55 orang (22%) dan di bawah rata-rata 50 Orang (20%).

Kesesuaian Bidang Ilmu Dengan Pekerjaan

Berdasarkan pada angket yang diberikan kepada alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Tamatan tahun 2007-2012 , sebanyak 250 orang untuk kesesuaian Bidang Ilmu dengan pekerjaan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel di bawah ini.

Tabel 3 : Tabel Kesesuaian Bidang Ilmu dengan Pekerjaan Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Prodi Penjaskesrek

Bidang Keahlian	Pekerjaan		Jumlah	Persentase		Jumlah
	Sesuai	Tdk sesuai		Sesuai	Tdk sesuai	
Guru Penjasorkes SD	50	5	55	90,1	9,09	100 %
Guru Penjasorkes SLTP/SLTA	150	45	195	76,92	23,08	100 %
Jumlah	200	50	250	80	20	100%

Berdasarkan tabel di atas dari 250 responden Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi tahun 2007-2012, yang mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan keahliannya guru penjasorkes SD dari 55 orang , yang sesuai dengan keahliannya 50 orang (90,09%) dan yang tidak sesuai dengan bidang ahliannya tapi bekerja sebagai ABRI, PEMDA , POLRI dan Wira swasta sebanyak 5 orang(9,09). Sedangkan untuk keahlian guru Penjasorkes SLTP dan SLTA dari 195 orang , yang sesuai mendapat pekerjaan sesuai dengan keahliannya, 150 orang (76,92%) dan yang tidak sesuai dengan keahliannya tapi bekerja di , PEMDA , POLRI dan Wira swasta sebanyak 45 orang (23,08%)

Kemampuan Lulusan Dari Pihak Pengguna

Untuk mengetahui kemampuan lulusan pihak pengguna, maka diberikan angket kepada responden, alumni Jurusan Pendidikan Olahraga program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang tamat tahun 2007-2011. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel 3

Tabel 4 : Kemampuan Lulusan dari Pihak Pengguna

No	Jenis Kemampuan	Kategori				Persentase				Jml %
		BS	B	S	K	BS	B	S	K	
1	Integritas(Etika dan Moral)	150	50	50	0	60	20	20	0	100%
2	Keahlian Berdasarkan Bidang Ilmu(profesionalisme)	75	125	50	0	30	50	20	0	100%
3	Bahasa Inggris	5	35	140	60	2	14	56	24	100%
4	Pengguna Teknologi Informasi	50	100	100	50	20	40	40	20	100%
5	Komunikasi	75	90	35	50	30	90	14	20	100%
6	Kerjasama Tim	150	50	50	0	60	20	20	0	100%
7	Pengembangan diri	60	65	75	50	24	26	30	20	100%

Berdasarkan kemampuan Lulusan dari pihak pengguna, ternyata , penggunaan bahasa Inggris, Teknologi informasi dan pengembangan diri yang tergolong masih rendah.

Pembahasan

Berdasarkan kepada hasil analisis statistik deskriptif yang telah di uraikan di atas, maka pada bagian ini akan di bahas mengenai :

Waktu Tunggu

Dari hasil penelitian *Tracer Study* yang dilakukan kepada Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tamatan tahun 2007-2011. Dari yang diberikan kepada responden dapat disimpulkan dari 250 orang alumni yang diajarkan responden ternyata rata-rata masa tunggu 21 bulan

Kesuaian Bidang Ilmu dengan Pekerjaan

a. Keseluruhan Bidang Ilmu

Berdasarkan hasil penelitian Tracer Studi atau profil lulusan Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang lulus tahun 2007 sampai 2011, diperoleh persentase lulusan yang bekerja sesuai dengan bidang yang digeluti secara keseluruhan 83 % dan mayoritas alumni bekerja sebagai guru pendidikan jasmani di Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah Pertama yang menyebar di Seluruh Indonesia.

Sedangkan yang 17 % lagi bekerja diluar bidang ke ilmuannya seperti, Jadi ABRI, POLRI, DISPORA, PEMDA.

b. Masing-masing Bidang Ilmu

1. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD

Lulusan Alumni program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Sekolah Dasar yang bekerja menjadi guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar (SD) sebanyak 90,1 %, sedang 9,09 alumni bekerja sebagai, ABRI, PEMDA, POLRI, Wiraswasta.

2. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SLTP/SLTA

Lulusan Alumni program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Sekolah Dasar yang bekerja menjadi guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Lanjutan Pertama dan Sekolah Lanjutan Atas sebanyak 76,92 %, sedang 23,08 alumni bekerja sebagai, ABRI, PEMDA, POLRI, DISPORA Wiraswasta.

3. Kemampuan Lulusan Dari pihak Pengguna

Berdasarkan angket yang diberikan kepada Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi , pika pengguna menyatakan bahwa Alumni Prodi Penjasokesrek memiliki Integritas , prfesionalisme , pengguna teknologi informasi , komunikasi, kerja sama tim dan bahas Inggris , tergolong baik sekali 32,28 % dan tergolong baik 37,14 % dan kategori Sedang 28,57 % dan tergolog kurang sebanyak 2,85

Kesimpulan

1. Hasil penelitian *Tracer Study* menyimpulkan diperoleh informasi dari alumni bahwa rata-rata masa tunggu sebelum mendapatkan pekerjaan \pm 21 bulan
2. Persentase lulusan alumni Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang Lulusan sesuai dengan bidang keahlian guru Penjasorkes SD ,SLTP dan SLTA secara keseluruhan \pm 83 % dan Lulusan yang tidak sesuai 17 % yang bekerja di ABRI, PEMDA, POLRI, DISPORA Wiraswasta.
3. Pihak pengguna Alumni Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi menyatakan memiliki Integritas , profesionalisme , pengguna teknologi informasi , komunikasi, kerja sama tim dan bahas Inggris tergolong baik sekali 32,28 % dan tergolong baik 37,14 % dan kategori Sedang 28,57 % dan tergolog kurang sebanyak 2,85%. ABRI, PEMDA, POLRI, DISPORA Wiraswasta.

Daftar Rujukan

Sugiyono. Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Bandung a : CV Prima, 2010

Raco, JR . Metode Penelitian Kualitatif, Jakarta: CV Angkasa, 2011

Borang Jurusan Pendidikan Olahraga, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Tahun 2010

Evaluasi Diri Jurusan Pendidikan Olahraga, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Tahun 2010

Borang Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Tahun 2010