



SEKOLAH TINGGI OLAHRAGA DAN KESEHATAN BINA GUNA

Program Studi: -Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
-Ilmu Keolahragaan



Kampus : Jl. Aluminium Raya No. 77 Tanjung Mulia Medan – 20241 STATUS : TERAKREDITASI B
Telp/Fax : (061) 6615718 SK : 2273/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2017
TGL : 11 Juli 2017

SURAT KEPUTUSAN

KETUA SEKOLAH TINGGI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

BINA GUNA

No. 0264/STOK-BG/A/SKet/2022

TENTANG

PENGANGKATAN TIM PELAKSANAAN

TES FISIK ATLET KONI KABUPATEN SERDANG BEDAGAI

- MEMPERHATIKAN** : Surat permohonan kerjasama antara KONI Serdang Bedagai dan Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna dalam rangka Tes Fisik Atlet KONI Serdang Bedagai
- MENIMBANG** : Bahwa untuk terwujudnya kegiatan pelaksanaan tes kesehatan dan tes fisik atlet KONI Serdang Bedagai dengan Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, sesuai dengan diktum diatas perlu diangkat panitia pelaksana dengan surat keputusan
- MENINGGAT** : 1. Undang-undang No. 20 Tahun 2003
2. Peraturan pemerintah No. 30 Tahun 1990
3. Peraturan pemerintah No. 60 Tahun 1990



SEKOLAH TINGGI OLAH RAGA DAN KESEHATAN BINA GUNA



Program Studi: -Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
-Ilmu Keolahragaan

Kampus : Jl. Aluminium Raya No. 77 Tanjung Mulia Medan – 20241 STATUS : TERAKREDITASI B
Telp/Fax : (061) 6615718 SK : 2273/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2017
TGL : 11 Juli 2017

MEMUTUSKAN

- MENETAPKAN :
- Pertama : Mengangkat TIM Pelaksana Test Fisik Atlet
KONI Serdang Bedagai Tahun 2022
- Kedua : Tim Pelaksana test pada diktum pertama mempunyai tugas:
1. Mempersiapkan pelaksanaan test
 2. Melaksanakan test sesuai dengan peraturan yang berlaku
 3. Membuat laporan hasil test
- Ketiga : Pelaksanaan Test Fisik Atlet KONI Serdang Bedagai dilaksanakan tanggal
17 Maret 2022
- Keempat : Keputusan ini berlaku sejak tanggal di tetapkan dan bilamana terjadi
kekeliruan dalam keputusan ini, akan diperbaiki sebagaimana mestinya

Ditetapkan di : Medan
Pada Tanggal : 15 Maret 2022
Ketua STOK Bina Guna



dr. Hj. Liliana Puspa Sari, S.Pd, M.Kes



SEKOLAH TINGGI OLAH RAGA DAN KESEHATAN BINA GUNA



Program Studi: **-Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
-Ilmu Keolahragaan**

Kampus : Jl. Aluminium Raya No. 77 Tanjung Mulia Medan – 20241 STATUS : TERAKREDITASI B
Telp/Fax : (061) 6615718 SK : 2273/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2017
TGL : 11 Juli 2017

Lampiran : Surat Keputusan Ketua STOK Bina Guna Medan
Nomor : 0264/STOK-BG/A/SKet/2022
Tanggal : 15 Maret 2022
Tentang : Pengangkatan Panitia Pelaksana Test Fisik Atlet KONI Serdang Bedagai

Penasehat : Ir. Bobby Indra, S.Pd
Penanggung Jawab : dr. Hj. Liliana Puspa Sari, S.Pd, M.Kes (Ketua STOK Bina Guna)
Ketua Pelaksana : Ade Evriansyah Lubis, S.Pd, M.Or
Wakil Ketua : Boby Helmi, S.Pd, M.Pd
Keseekretariatan : Dicky Hendrawan S.Pd, M.M.Pd
Dr. Afri Tantri, M.Pd
Rinaldi Aditya, S.Pd, M.Pd
Ramadan, S.Pd, MM, M.Pd, AIFO
Bendahara : Maslina, S.Pd, MM
Manajer Teknis : Dr. Suprayetno, M.Pd



SEKOLAH TINGGI OLAH RAGA DAN KESEHATAN BINA GUNA



Program Studi: -Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
-Ilmu Keolahragaan

Kampus : Jl. Aluminium Raya No. 77 Tanjung Mulia Medan – 20241 STATUS : TERAKREDITASI B
Telp/Fax : (061) 6615718 SK : 2273/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2017
TGL : 11 Juli 2017

Pelaksana Tes (Testor)

1. Tinggi Badan : 1. Devi Catur Winata, S.Pd, M.Pd (Koordinator)
Berat Badan : 2. Mawardinur, S.Pd, M.Or
Rentang Kedua Lengan
Panjang Tungkai

2. Stork Stand : 1. Ahmad Al Munawar, S.Pd, M.Pd (Koordinator)
Split : 2. Maysarah Sianipar, S.Pd
Sikap Kayang
Persepsi Kinestetik

3. Lari 20 m : 1. Suprpto, S.Pd (Koordinator)
Lari 30 m : 2. Abdullah, S.Pd
Lari 50 m : 3. Yitiman Teleumbanua
Lari 100 m
Lari 300 m
Lari 400 m

4. Arrow head/ Doding run : 1. Benny Aprial, S.Pd, M.Pd. (Koordinator)
Modifikasi 505 Agility : 2. Fadil Muhammad Sadiq
Shuttle run (4 x 3 M) : 3. Epenetus Giawa
Tes Agility Court
Shuttle run (8x5M)
Ruller Test

5. 3 Hop,10 Hop, : 1. Ika Endah Puspita Sari, S.Si, M.Pd (Koordinator)
Standing Broad jump (cm) : 2. Pedomanta Keliat, S.Pd, M.Pd
Medicine Ball Throw : 3. Armansya, Situmeang, S.Pd
Lempar Bola Basket
Shocken



SEKOLAH TINGGI OLAH RAGA DAN KESEHATAN BINA GUNA



Program Studi: **-Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
-Ilmu Keolahragaan**

Kampus : Jl. Aluminium Raya No. 77 Tanjung Mulia Medan – 20241 STATUS : TERAKREDITASI B
Telp/Fax : (061) 6615718 SK : 2273/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2017
TGL : 11 Juli 2017

-
6. Tarik Busur : 1. Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, M.Pd (Koordinator)
Back Dynamometer 2. Yuli Sitepu
Leg Dynamometer
Grip and Pull and Push
7. Vertikal Jump : 1. M. Syaleh S.Pd, M.Pd (Koordinator)
Skipping rope 2. Eka Abdurahman, S.Pd, M.Pd, AIFO
Pull Up / Chin Up (1 menit)
Sit and Reach
Back Extencen
8. Back Up (1 menit) : 1. Andy Nur Abadi, S.Pd, M.Pd (Koordinator)
Push Up (1 menit) 2. Filli Azandi, S.Pd, M.Or
Sit Up (1 menit) 3. M. Yan Ahady, S.Pd, M.Pd
Tes Wall Sitting 4. Sujoko Waluyo, M.Pd
Sit Up 10 x Beban 10 Kg 5. Amelia Yuniar Putri, S.Pd
6. Praptiningsih, S.Pd
7. Luthsyah Pranayuda
9. Bleep Test : 1. Hardodi Sihombing, S.Pd, M.Pd (Koordinator)
2. Slamet Purwanto, S.Pd
3. Rajimansha Aritonang, S.Pd
4. Muhammad Arif Tambunan
5. Himavan Prana Afnan
10. Perlengkapan : 1. Hotmadoli Napitupulu, S.Pd, M.Pd (Koordinator)
2. Dirhamsyah
3. Love Weniska, S.Pd
4. Jaka Maruba Manalu
5. Rika Fitri Atika
11. Dokumentasi : 1. Ika Zulaikha, S.Kom
12. Konsumsi & Baju Rompi : 1. Eliana, S.Pd

SEKOLAH TINGGI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

BINA GUNA

**Program Studi: -Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
-Ilmu Keolahragaan**

Kampus : Jl. Aluminium Raya No. 77 Tanjung Mulia Medan – 20241
Telp/Fax : (061) 6615718

STATUS : TERAKREDITASI B
SK : 2273/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2017
TGL : 11 Juli 2017



Ditetapkan di : Medan
Pada Tanggal : 15 Maret 2022
Ketua STOK Bina Guna



dr. Hj. Liliana Puspa Sari, S.Pd, M.Kes