



LAMPIRAN

Lampiran 1. Nama Atlet Tenis Lapangan Binaan Pelti Buleleng

NAMA ATLET TENIS LAPANGAN BINAAN PELTI BULELENG

Mandiri Tenis Club

NO	NAMA
1	Nyoman Kartika Diana Sari
2	Kadek Sari Rendita Budiardi
3	Kadek Hanum Maelan Andini
4	Ni Luh Putri Diva Mahesa Rianty
5	Kadek Kirana Anandita Yijadharma
6	Komang Krisnanda Sri Ananta
7	Made Dwipayana Krisna Suta
8	Putu Gandi Mahartawan
9	Made Yoga Dwi Chnokia
10	Putu Cakra Krisna Sutha
11	Gede Artawan
12	Gede Candra Arya Dinata
13	Komang Sujana
14	Gede Indra Surya Pramana
15	Kaden Mandala Aryadi Putra
16	Komang Adihi Ananda Vijadarma
17	Putu Gede Weda Triguna Danendra
18	Komang Daffa Tristan Mahendra
19	Komang Tria Mulyani
20	Putu Aldy Nugraha
21	Kadek Satria Kurniawan
22	Komang Dea Febriana Putri

Generation Singaraja Tenis Club

NO	NAMA
1	Gusti Putu Satria Pradnyana
2	I Gusti Ayu Made Raya Seila. P
3	Komang Gina Kusuma Dewi
4	Kadek Elena Sinthia Della
5	Ni Ketut Amelia Kartika Dewi
6	Putu Keisya Krisna Purnami
7	Kadek Kayla Krisna Maharani
8	Kadek Yoga Ari Putra
9	Komang Krisnaditya Artha. N.
10	Gede Putra Jati Sanjaya
11	Gusti Ngurah Surya Narendra
12	Gede Henry Dharmawan Urdaneta
13	Komang Akda Wijaya Gusba

Kita Sama Tenis Club

NO	NAMA
1	Gede Adrian Adinata
2	Kadek Lana Lauditha
3	Putu Ngurah Bende Saputra
4	Komang Pradja Wirastu
5	Putu Inestyia Biantara Sagun
6	Ni Pulu Alena Anindya Sari
7	Made Devandra Arya Wedanga
8	Komang Gosain Gita F.
9	Putu Raisa Rainanta



Lampiran 2. Program Latihan

PROGRAM LATIHAN *FOREHAND* DAN *BACKHAND DRIVE MASSED*

PRACTICE DAN *DISTRIBUTED PRACTICE*

Pelatihan tenis *forehand* dan *backhand drive Massed practice* dan *Distributed practice* ini diberikan selama 6 minggu atau selama 18 kali latihan dengan frekuensi 3 kali seminggu. Dengan waktu istirahat antar set yaitu 2 menit atau denyut nadi kembali ke 120 denyut/ menit. Waktu pelaksanaan adalah hari selasa, kamis dan sabtu pada pukul 16.00 – 17.00 WITA. Tempat pelaksanaan latihan yaitu di lapangan tenis buana patra. Pelatihan dibagi menjadi 5 bagian yaitu:

1. Pendahuluan : 5 menit
2. Pemanasan (warm-up) : 20 menit
3. Latihan inti (main exercise): ± 30 menit
4. Pendingan (cool-down) : 10 menit
5. Evaluasi dan doa : 5 menit

A. *Massed Practice*

Minggu	Pertemuan	Repetisi	Set	Intensitas (%)	Istirahat Antar Set	Program Latihan
<i>Pre-test</i>						Pemain melakukan tes <i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i> dengan <i>Massed Practice</i> . melakukan pukulan 13 kali, percobaan 3 kali dan 10 kali tes.
I	1	5	3	70%	2 menit	1. Pendahuluan (Doa dan Pengarahan)
	2	5	3	70%	2 menit	
	3	5	3	70%	2 menit	
II	4	6	3	70%	2 menit	2. Pemanasan
	5	6	3	70%	2 menit	

	6	6	3	70%	2 menit	(<i>warm-up</i>)
III	7	7	3	75%	2 menit	- Peregangan statis
	8	7	3	75%	2 menit	- Peregangan dinamis
	9	7	3	75%	2 menit	
IV	10	6	3	75%	2 menit	Dasar pelatihan
	11	6	3	75%	2 menit	2. Pelatihan inti
	12	6	3	75%	2 menit	- Pengertian dan peragaan
V	13	7	3	80%	2 menit	<i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i>
	14	7	3	80%	2 menit	<i>Massed Practice</i>
	15	7	3	80%	2 menit	- Latihan <i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i> minitenis
VI	16	6	3	75%	2 menit	- Latihan <i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i> <i>Massed practice</i> dengan diumpun dari seberang net (<i>side line</i>)
	17	6	3	75%	2 menit	- Latihan main dengan pukulan <i>drive</i>
	18	6	3	75%	2 menit	3. Penutup
						- Pendinginan
						- Evaluasi dan doa
						Pemain melakukan tes <i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i> dengan <i>Massed Practice</i> .melakukan pukulan 13 kali, percobaan 3 kali dan 10 kali tes.Sesuai dengan kelompok masing-masing.

B. Distributed practice

Minggu	Pertemuan	Repetisi	Set	Intensitas (%)	Istirahat Antar Set	Program Latihan
<i>Pre-test</i>						Pemain melakukan tes <i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i> dengan <i>Distributed practice</i> . melakukan pukulan 13 kali, percobaan 3 kali dan 10 kali tes.
I	1	5	3	70%	2 menit	1. Pendahuluan (Doa dan Pengarahan)
	2	5	3	70%	2 menit	
	3	5	3	70%	2 menit	
II	4	6	3	70%	2 menit	2. Pemanasan (<i>warm-up</i>) - Peregangan statis - Peregangan dinamis
	5	6	3	70%	2 menit	
	6	6	3	70%	2 menit	
III	7	7	3	75%	2 menit	Dasar pelatihan
	8	7	3	75%	2 menit	
	9	7	3	75%	2 menit	
IV	10	6	3	75%	2 menit	2. Pelatihan inti - Pengertian dan peragaan <i>forehand</i> dan <i>backhand drive Distributed practice</i>
	11	6	3	75%	2 menit	
	12	6	3	75%	2 menit	
V	13	7	3	80%	2 menit	- Latihan <i>forehand</i> dan <i>backhand drive Distributed practice</i> - Latihan <i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i> mini tenis - Latihan <i>forehand</i> dan <i>backhand drive Distributed practice</i> dengan diumpan dari seberang net(<i>side line</i>) - Latihan main dengan pukulan <i>drive</i>
	14	7	3	80%	2 menit	
	15	7	3	80%	2 menit	
VI	16	6	3	75%	2 menit	3. Penutup Pendinginan - Evaluasi dan doa
	17	6	3	75%	2 menit	
	18	6	3	75%	2 menit	

<i>Postest</i>	Pemain melakukan tes <i>forehand</i> dan <i>backhand drive</i> dengan <i>Distributed practice</i> . melakukan pukulan 13 kali, percobaan 3 kali dan 10 kali tes. Sesuai dengan kelompok masing-masing.
----------------	---

Lampiran 3. Data Hasil Penelitian

Forehand Drive Mandiri Tennis Club

NO	NAMA	0	1	2	3	4	5
1	Nyoman Kartika Diana Sari					✓	
2	Kadek Sari Rendita Budiardi						✓
3	Kadek Hanum Maelan Andini	✓					
4	Ni Luh Putri Diva Mahesa Rianty						✓
5	Kadek Kirana Anandita Yijadharma						✓
6	Komang Krisnanda Sri Ananta		✓				
7	Made Dwipayana Krisna Suta						✓
8	Putu Gandhi Mahartawan		✓				
9	Made Yoga Dwi Chnakia						✓
10	Putu Cakra Krisna Sutha			✓			
11	Gede Artawan		✓				
12	Gede Candra Arya Dinata		✓				
13	Komang Sujana		✓				
14	Gede Indra Surya Pramana			✓			
15	Kaden Mandala Aryadi Putra				✓		
16	Komang Adihi Ananda Vijadarma					✓	
17	Putu Gede Weda Triguna Danendra				✓		
18	Komang Daffa Tristan Mahendra			✓			
19	Komang Tria Mulyani						✓
20	Putu Aldy Nugraha					✓	
21	Kadek Satria Kurniawan					✓	
22	Komang Dea Febriana Putri		✓				

Backhand Drive Mandiri Tennis Club

NO	NAMA	0	1	2	3	4	5
1	Nyoman Kartika Diana Sari						✓
2	Kadek Sari Rendita Budiardi			✓			
3	Kadek Hanum Maelan Andini						✓
4	Ni Luh Putri Diva Mahesa Rianty				✓		
5	Kadek Kirana Anandita Yijadharma		✓				
6	Komang Krisnanda Sri Ananta			✓			
7	Made Dwipayana Krisna Suta		✓				
8	Putu Gandhi Mahartawan			✓			
9	Made Yoga Dwi Chnakia	✓					
10	Putu Cakra Krisna Sutha			✓			
11	Gede Artawan						✓
12	Gede Candra Arya Dinata					✓	
13	Komang Sujana				✓		
14	Gede Indra Surya Pramana					✓	
15	Kaden Mandala Aryadi Putra				✓		
16	Komang Adihi Ananda Vijadarma					✓	
17	Putu Gede Weda Triguna Danendra			✓			
18	Komang Daffa Tristan Mahendra						✓
19	Komang Tria Mulyani					✓	
20	Putu Aldy Nugraha	✓					
21	Kadek Satria Kurniawan		✓				
22	Komang Dea Febriana Putri				✓		

Forehand Drive Generasi Singaraja Tennis Club

NO	NAMA	0	1	2	3	4	5
1	Gusti Putu Satria Pradnyana						✓
2	I Gusti Ayu Made Raya Seila. P		✓				
3	Komang Gina Kusuma Dewi			✓			
4	Kadek Elena Sinthia Della						✓
5	Ni Ketut Amelia Kartika Dewi		✓				
6	Putu Keisya Krisna Purnami						✓
7	Kadek Kayla Krisna Maharani		✓				
8	Kadek Yoga Ari Putra						✓
9	Komang Krisnadya Artha. N.		✓				
10	Gede Putra Jati Sanjaya				✓		
11	Gusti Ngurah Surya Narendra				✓		
12	Gede Henry Dharmawan Urdaneta					✓	
13	Komang Akda Wijaya Gusba					✓	

Backhand Drive Generasi Singaraja Tennis Club

NO	NAMA	0	1	2	3	4	5
1	Gusti Putu Satria Pradnyana				✓		
2	I Gusti Ayu Made Raya Seila. P				✓		
3	Komang Gina Kusuma Dewi						✓
4	Kadek Elena Sinthia Della					✓	
5	Ni Ketut Amelia Kartika Dewi						✓
6	Putu Keisya Krisna Purnami					✓	
7	Kadek Kayla Krisna Maharani		✓				
8	Kadek Yoga Ari Putra			✓			
9	Komang Krisnaditya Artha. N.					✓	
10	Gede Putra Jati Sanjaya		✓				
11	Gusti Ngurah Surya Narendra						✓
12	Gede Henry Dharmawan Urdaneta			✓			
13	Komang Akda Wijaya Gusba						✓

Forehand Drive Kita Sama Tennis Club

NO	NAMA	0	1	2	3	4	5
1	Gede Adrian Adinata						✓
2	Kadek Lana Lauditha			✓			
3	Putu Ngurah Bende Saputra						✓
4	Komang Pradja Wirastu			✓			
5	Putu Inestya Biantara Sagun		✓				
6	Ni Pulu Alena Anindya Sari		✓				
7	Made Devandra Arya Wedanga		✓				
8	Komang Gosain Gita F.				✓		
9	Putu Raisa Rainanta				✓		

Backhand Drive Kita Sama Tennis Club

NO	NAMA	0	1	2	3	4	5
1	Gede Adrian Adinata						✓
2	Kadek Lana Lauditha				✓		
3	Putu Ngurah Bende Saputra					✓	
4	Komang Pradja Wirastu					✓	
5	Putu Inestya Biantara Sagun						✓
6	Ni Pulu Alena Anindya Sari	✓					
7	Made Devandra Arya Wedanga				✓		
8	Komang Gosain Gita F.		✓				
9	Putu Raisa Rainanta			✓			

Lampiran 4. Hasil analisis data deskriptif *Forehand*

Frequencies

Statistics

	MPDMP-F	MPDP-F	MPDMP-KMTT-F	MPDMP-KMTR-F	MPDP-KMTT-F
N Valid	22	22	11	11	11
Missing	0	0	11	11	11
Mean	71.45	67.64	75.45	67.45	68.55
Median	70.00	67.00	74.00	68.00	68.00
Std. Deviation	5.926	4.435	4.906	3.804	4.569
Variance	35.117	19.671	24.073	14.473	20.873
Range	24	16	16	12	14
Minimum	62	60	70	62	62
Maximum	86	76	86	74	76
Sum	1572	1488	830	742	754

Frequency Table

MPDMP-F

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 62	2	9.1	9.1	9.1
64	1	4.5	4.5	13.6
66	2	9.1	9.1	22.7
68	1	4.5	4.5	27.3
70	7	31.8	31.8	59.1
74	4	18.2	18.2	77.3
76	1	4.5	4.5	81.8
78	2	9.1	9.1	90.9
80	1	4.5	4.5	95.5
86	1	4.5	4.5	100.0
Total	22	100.0	100.0	

PDP-F

		Frequency	Percent	Valid Percent	CumulativePercent
Valid	60	1	4.5	4.5	4.5
	62	3	13.6	13.6	18.2
	64	3	13.6	13.6	31.8
	66	4	18.2	18.2	50.0
	68	1	4.5	4.5	54.5
	70	4	18.2	18.2	72.7
	72	4	18.2	18.2	90.9
	74	1	4.5	4.5	95.5
	76	1	4.5	4.5	100.0
Total		22	100.0	100.0	

MPDMP-KMTT-F

		Frequency	Percent	Valid Percent	CumulativePercent
Valid	70	3	13.6	27.3	27.3
	74	3	13.6	27.3	54.5
	76	1	4.5	9.1	63.6
	78	2	9.1	18.2	81.8
	80	1	4.5	9.1	90.9
	86	1	4.5	9.1	100.0
	Total		11	50.0	100.0
Missing	System	11	50.0		
Total		22	100.0		

MPDMP-KMTR-F

		Frequency	Percent	Valid Percent	CumulativePercent
Valid	62	2	9.1	18.2	18.2
	64	1	4.5	9.1	27.3
	66	2	9.1	18.2	45.5
	68	1	4.5	9.1	54.5
	70	4	18.2	36.4	90.9
	74	1	4.5	9.1	100.0
	Total	11	50.0	100.0	
Missing	System	11	50.0		
Total		22	100.0		

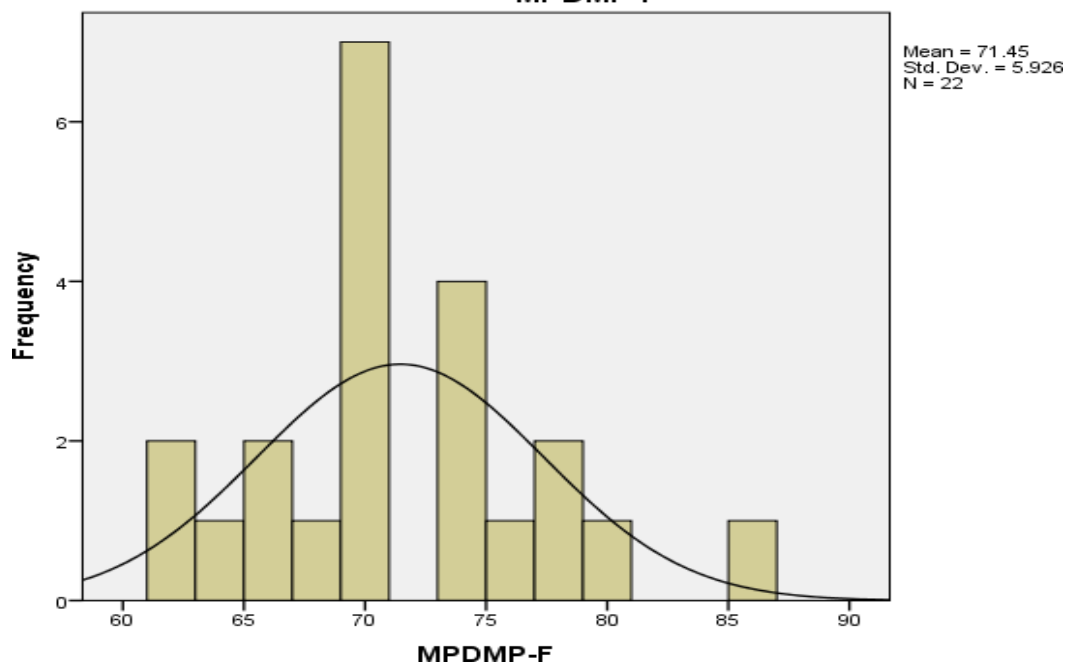
MPDP-KMTT-F

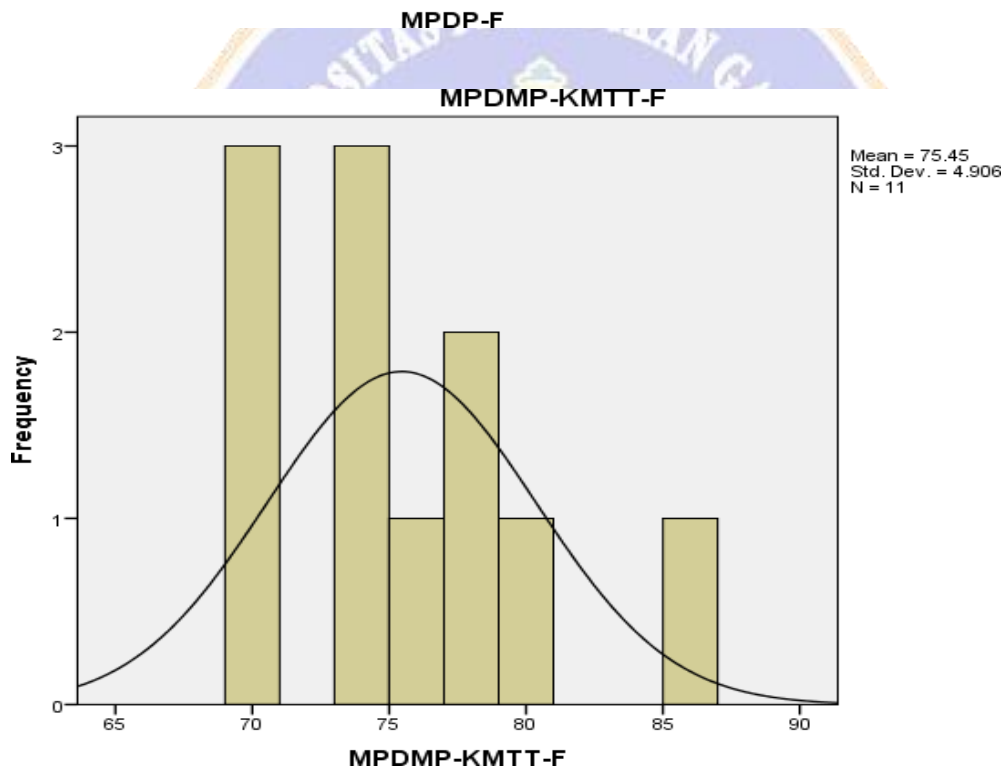
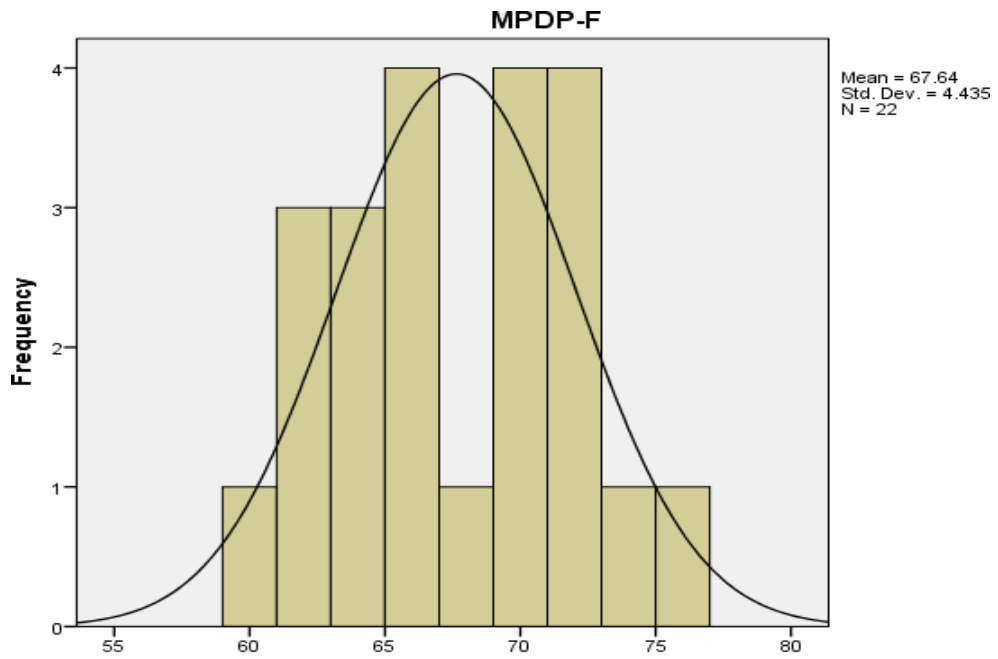
		Frequency	Percent	Valid Percent	CumulativePercent
Valid	62	1	4.5	9.1	9.1
	64	2	9.1	18.2	27.3
	66	2	9.1	18.2	45.5
	68	1	4.5	9.1	54.5
	70	1	4.5	9.1	63.6
	72	2	9.1	18.2	81.8
	74	1	4.5	9.1	90.9
	76	1	4.5	9.1	100.0
	Total	11	50.0	100.0	
Missing	System	11	50.0		
Total		22	100.0		

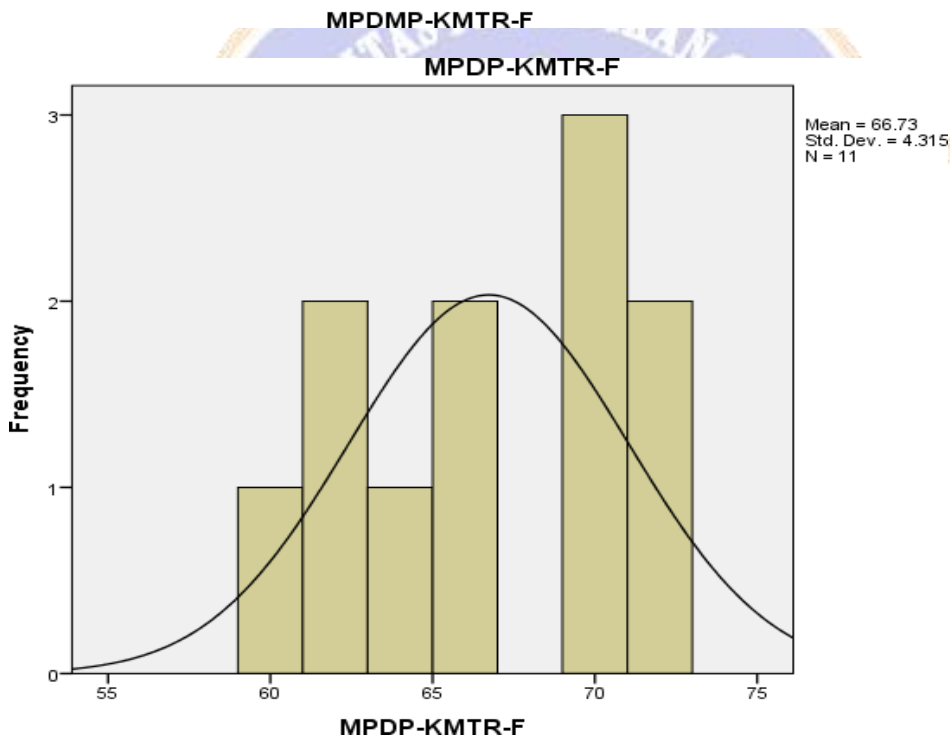
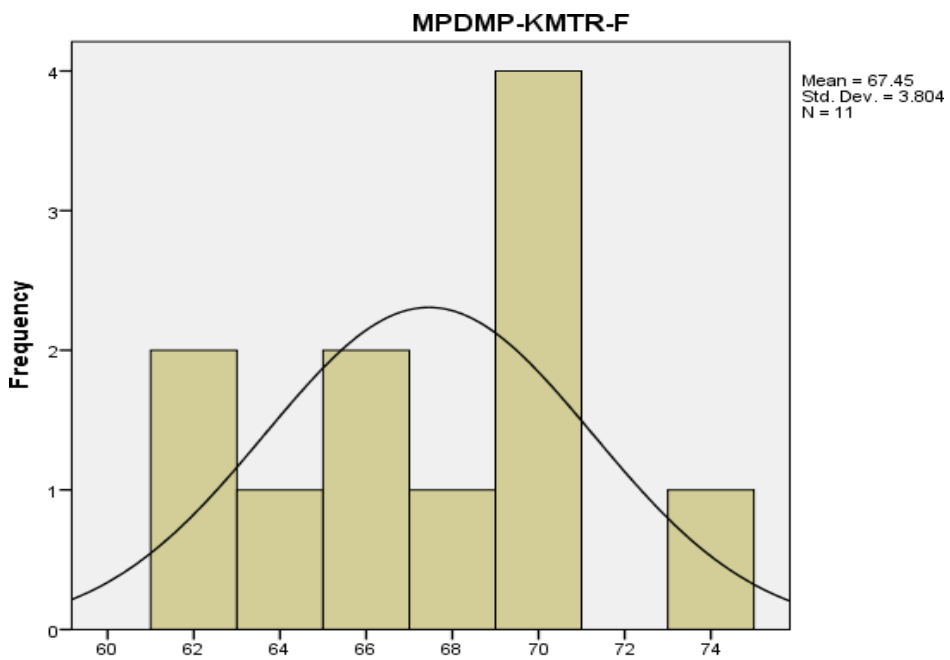
MPDP-KMTR-F

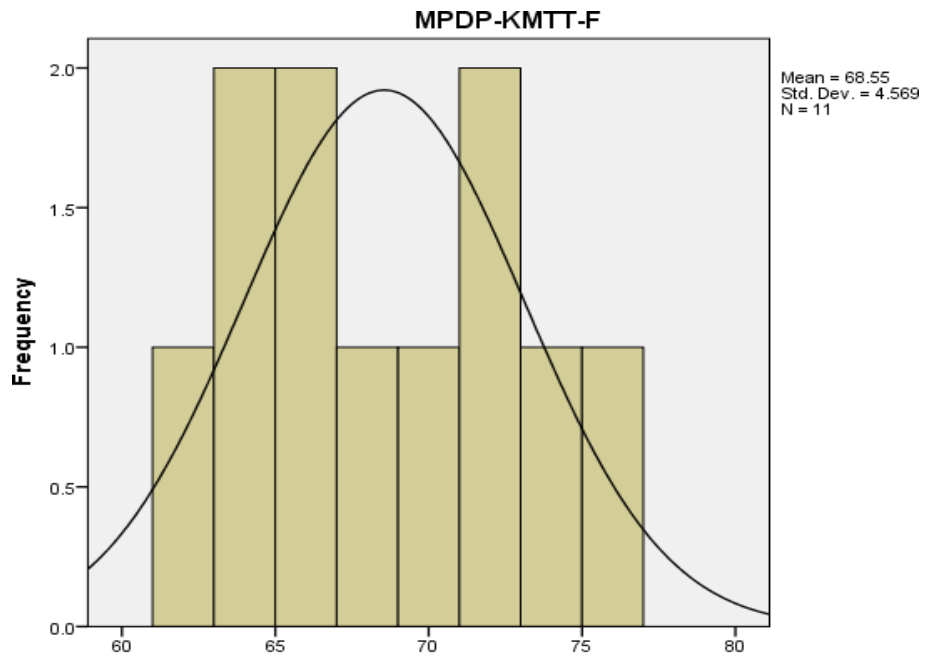
		Frequency	Percent	Valid Percent	CumulativePercent
Valid	60	1	4.5	9.1	9.1
	62	2	9.1	18.2	27.3
	64	1	4.5	9.1	36.4
	66	2	9.1	18.2	54.5
	70	3	13.6	27.3	81.8
	72	2	9.1	18.2	100.0
	Total	11	50.0	100.0	
Missing	System	11	50.0		
Total		22	100.0		

Histogram









Lampiran 5. Hasil analisis deskriptif *Backhand*

Frequencies

Statistics

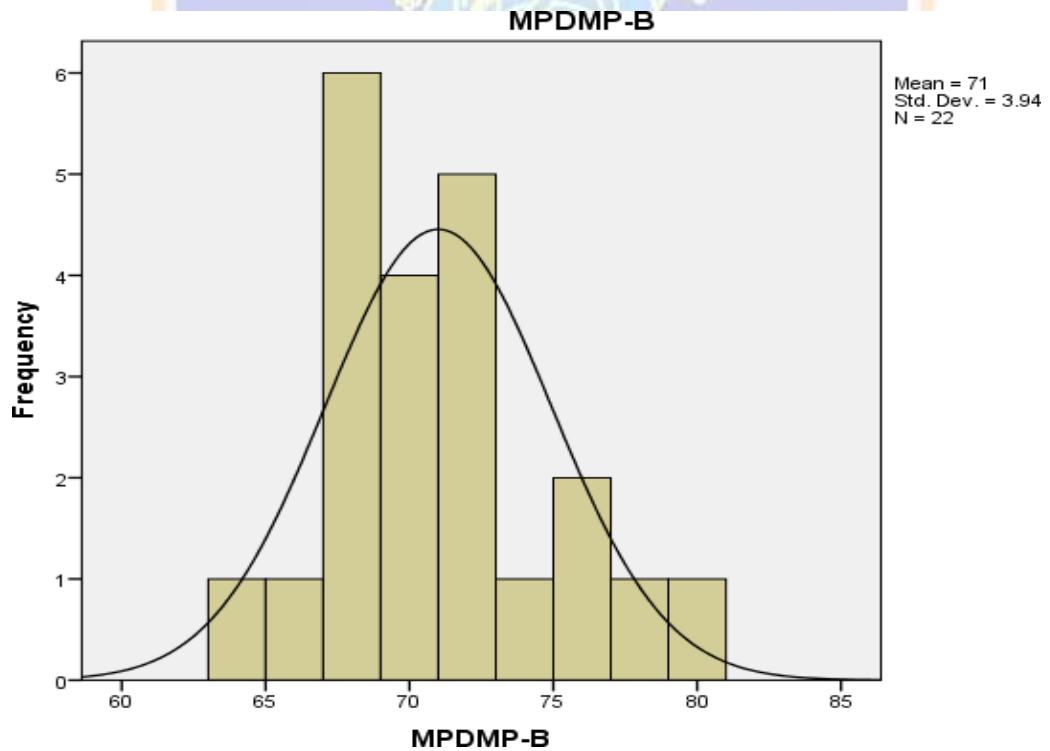
	MPDMP-B	MPDP-B	P-KMTT-B	MPDMP-KMTR-B	MPDP-KMTT-B
N Valid	22	22	11	11	11
Missing	0	0	11	11	11
Mean	71.00	68.27	73.45	68.55	72.73
Median	70.00	68.00	72.00	68.00	74.00
Std. Deviation	3.940	5.599	3.698	2.382	3.133
Variance	15.524	31.351	13.673	5.673	9.818
Range	16	18	12	8	10
Minimum	64	60	68	64	68
Maximum	80	78	80	72	78
Sum	1562	1502	808	754	800

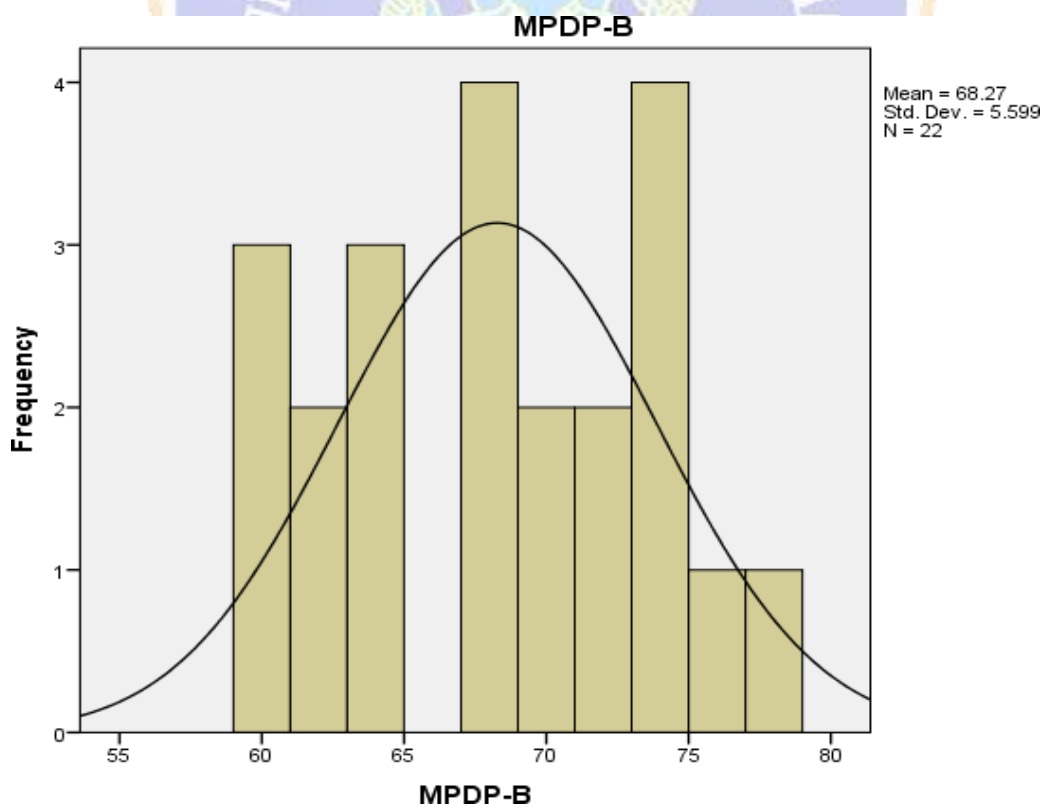
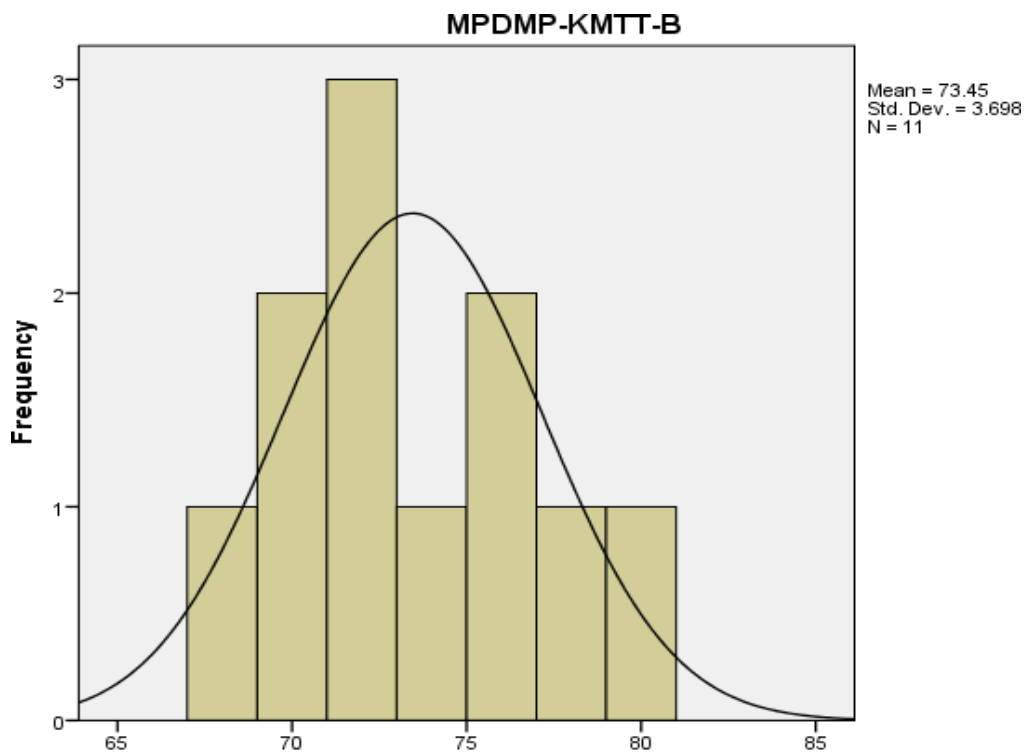
Statistics

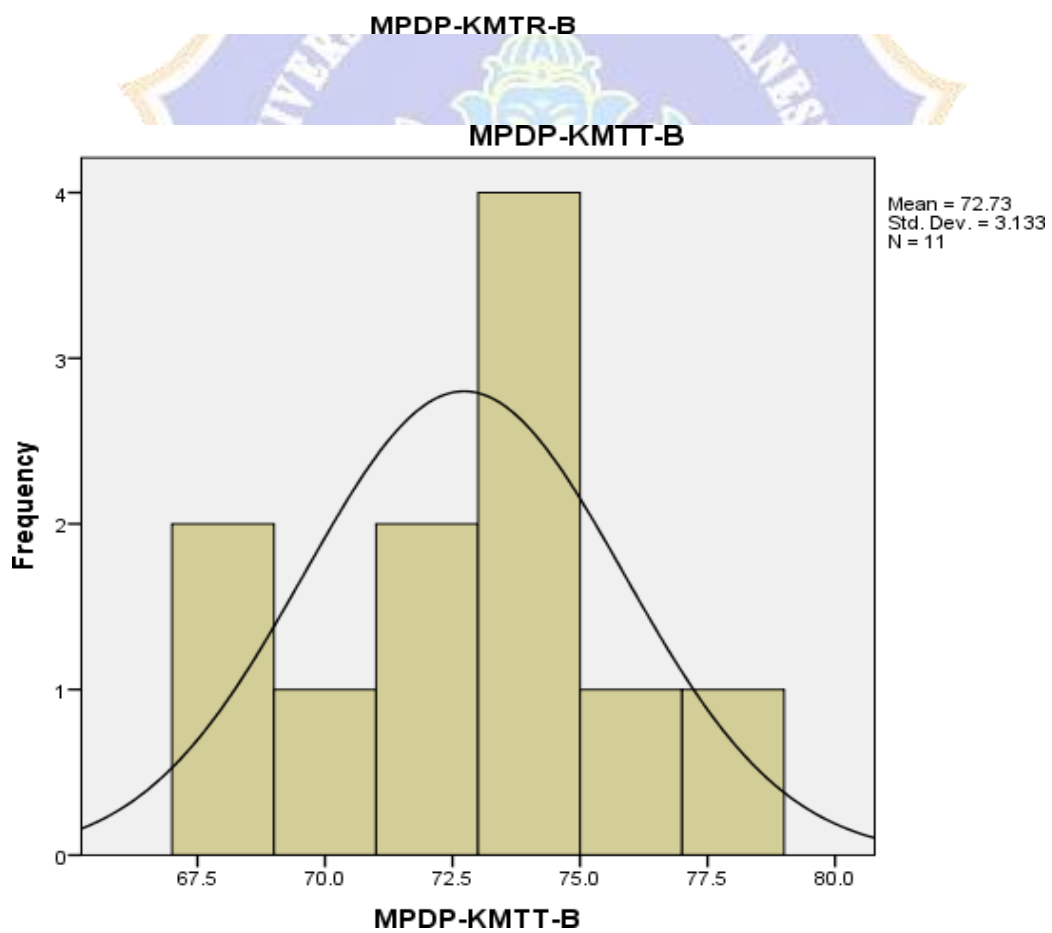
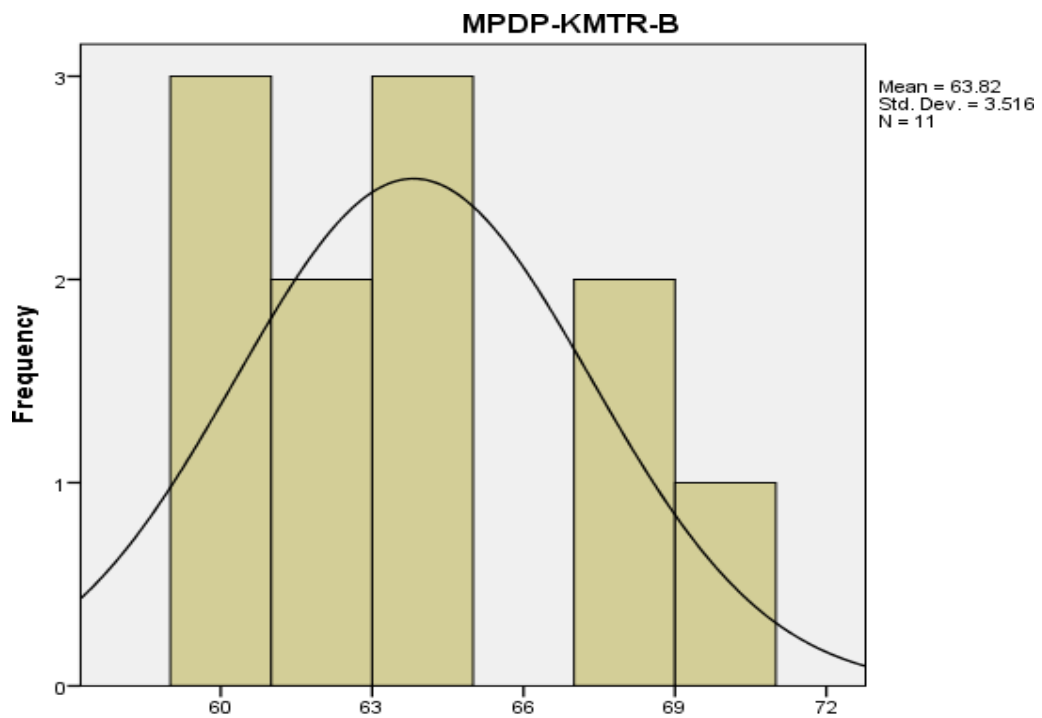
		MPDP-KMTR-B
N	Valid	11
	Missing	11
Mean		63.82
Median		64.00
Std. Deviation		3.516
Variance		12.364
Range		10
Minimum		60
Maximum		70
Sum		702

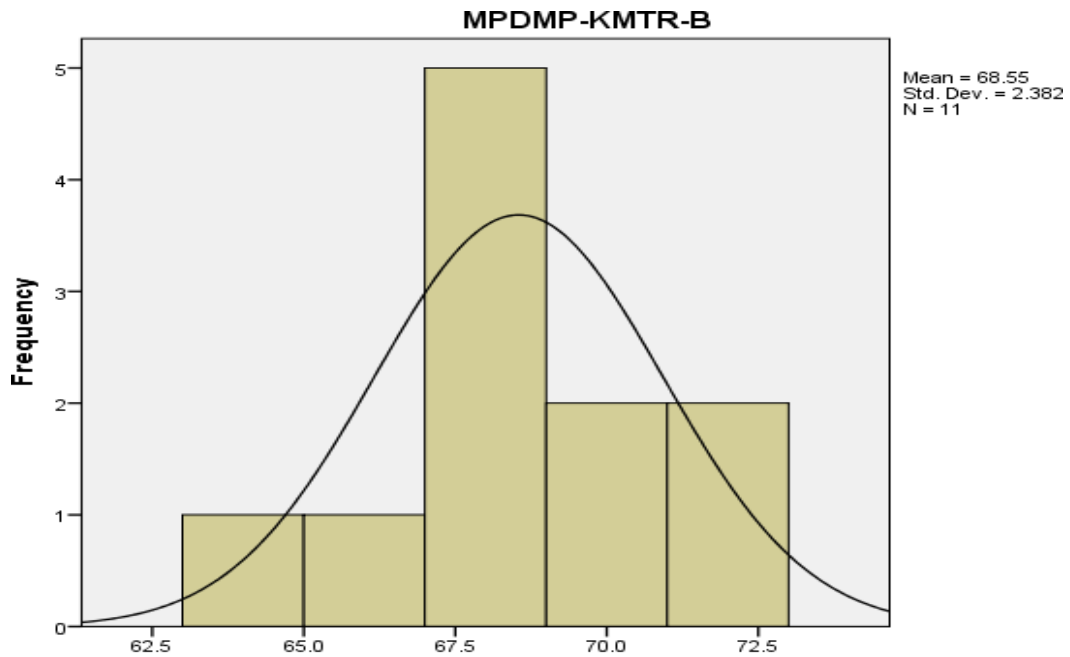


Histogram









Lampiran 6. Hasil analisis normalitas dan homogenitas berdasarkan MP dan KMT

ExploreMP

Tests of Normality

MP	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk			
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.	
FOREHAND	MPMP	.188	22	.421	.955	22	.403
	MPDP	.171	22	.094	.901	22	.311
BACKHAND	MPMP	.173	22	.087	.944	22	.236
	MPDP	.112	22	.200	.965	22	.607

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
FOREHAND	Based on Mean	.102	1	42	.752
	Based on Median	.026	1	42	.873
	Based on Median and with adjusted df	.026	1	39.694	.873
	Based on trimmed mean	.083	1	42	.775
BACKHAND	Based on Mean	1.640	1	42	.207
	Based on Median	1.741	1	42	.194

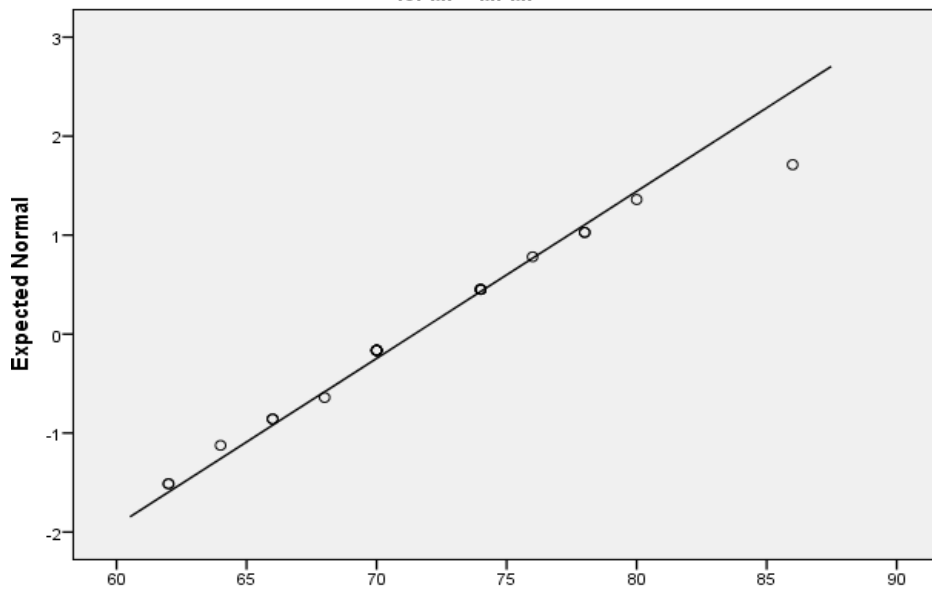
Based on Median and with adjusted df	1.741	1	41.895	.194
Based on trimmed mean	1.664	1	42	.204

FOREHAND

Normal Q-Q Plots

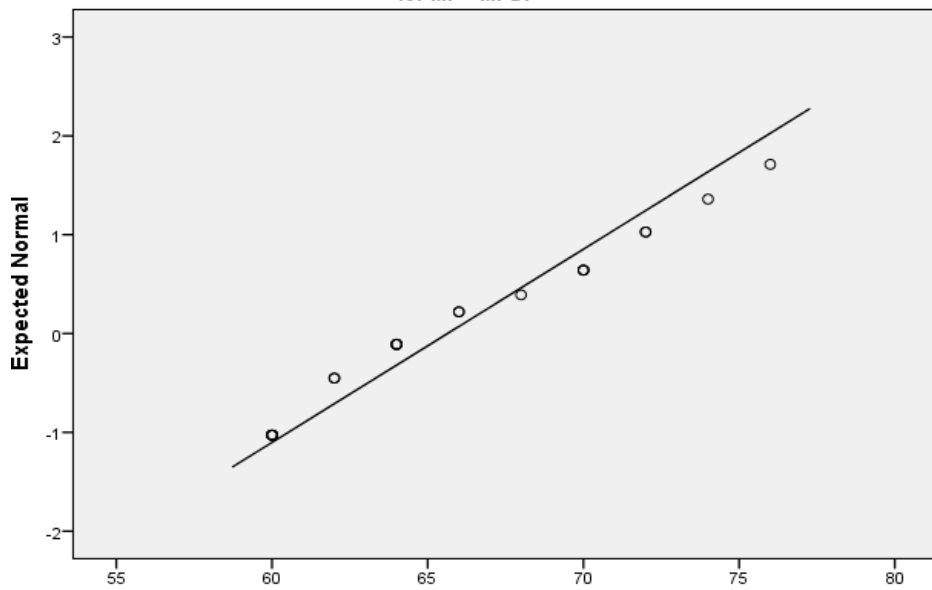
Normal Q-Q Plot of FOREHAND

for MP= MPMP

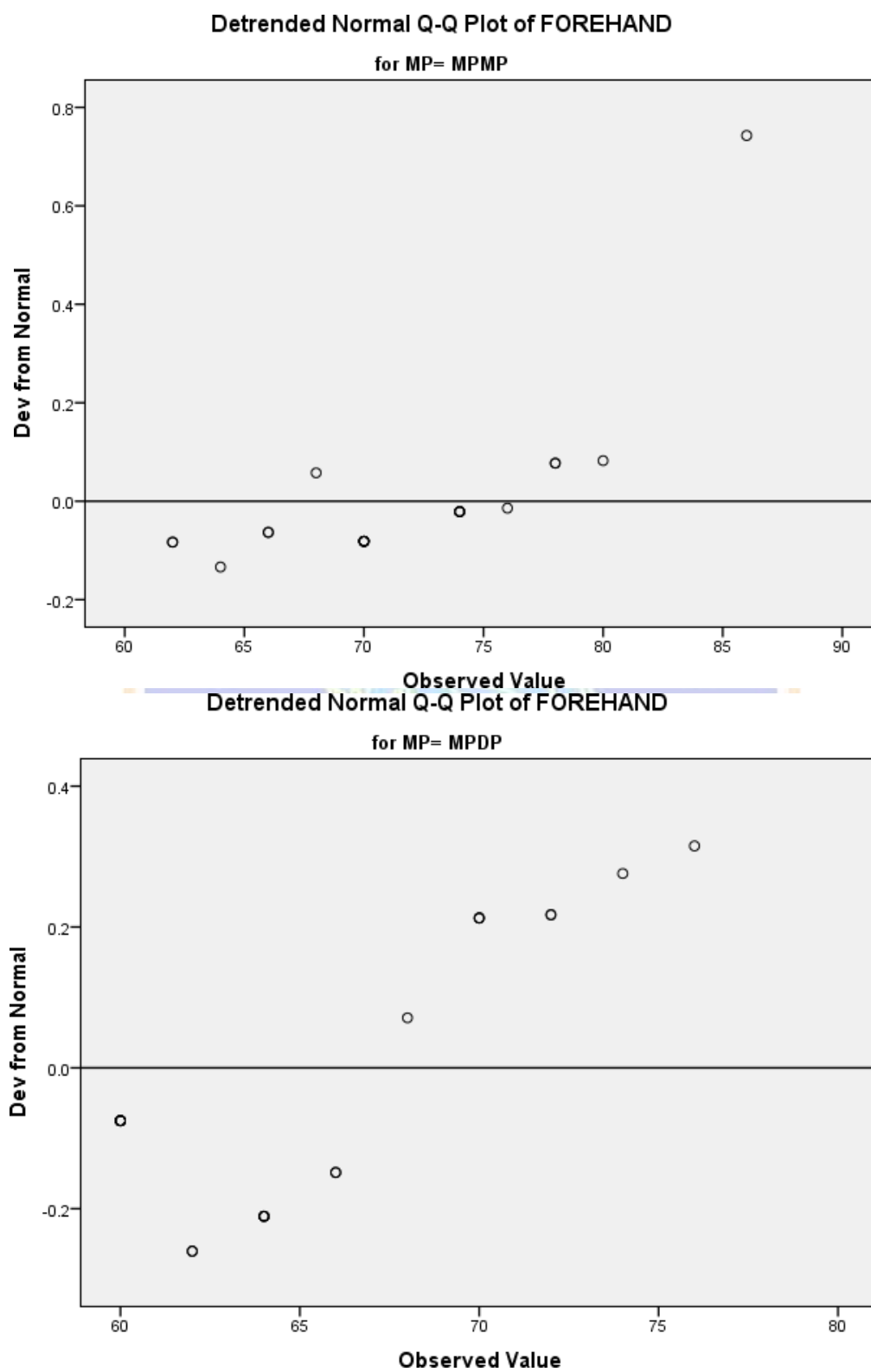


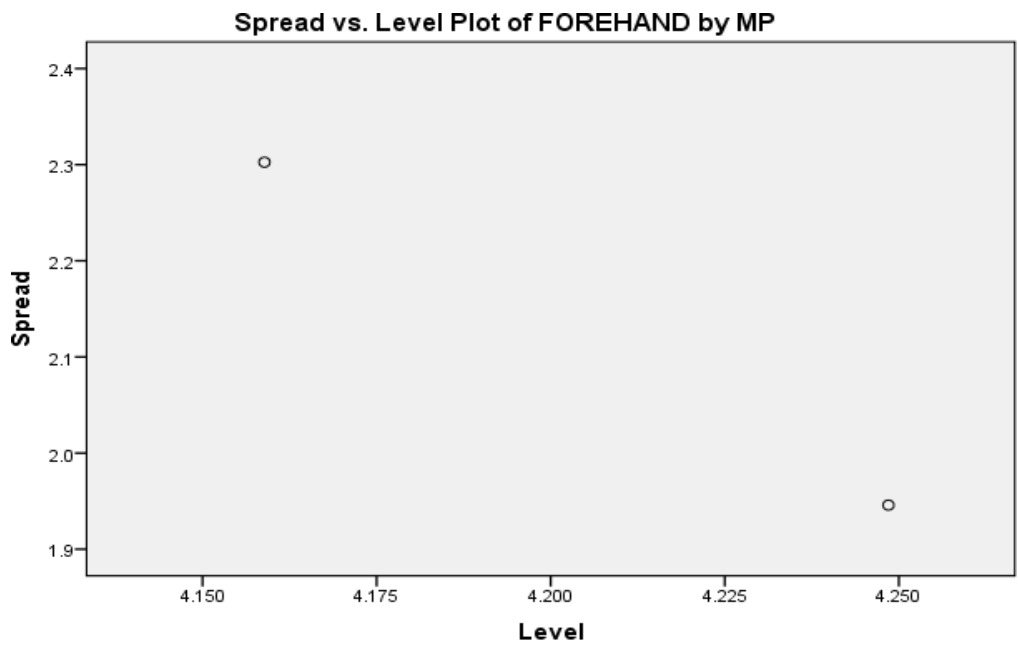
Normal Q-Q Plot of FOREHAND

for MP= MPDP



Detrended Normal Q-Q Plots





* Plot of LN of Spread vs LN of Level

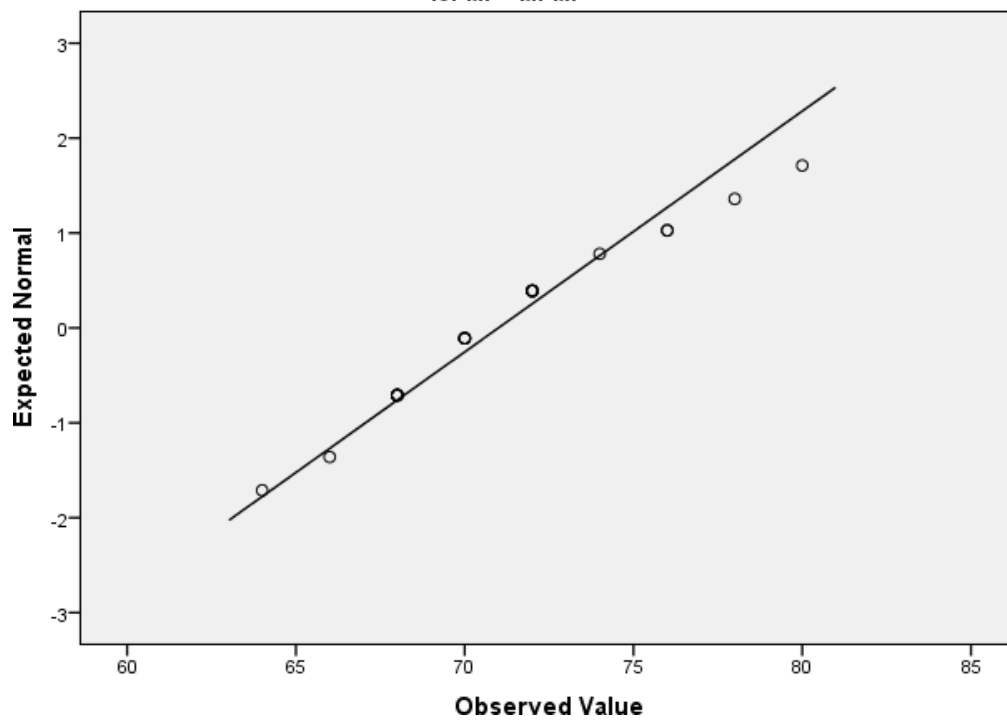
Slope = -3.980 Power for transformation = 4.980

BACKHAND

Normal Q-Q Plots

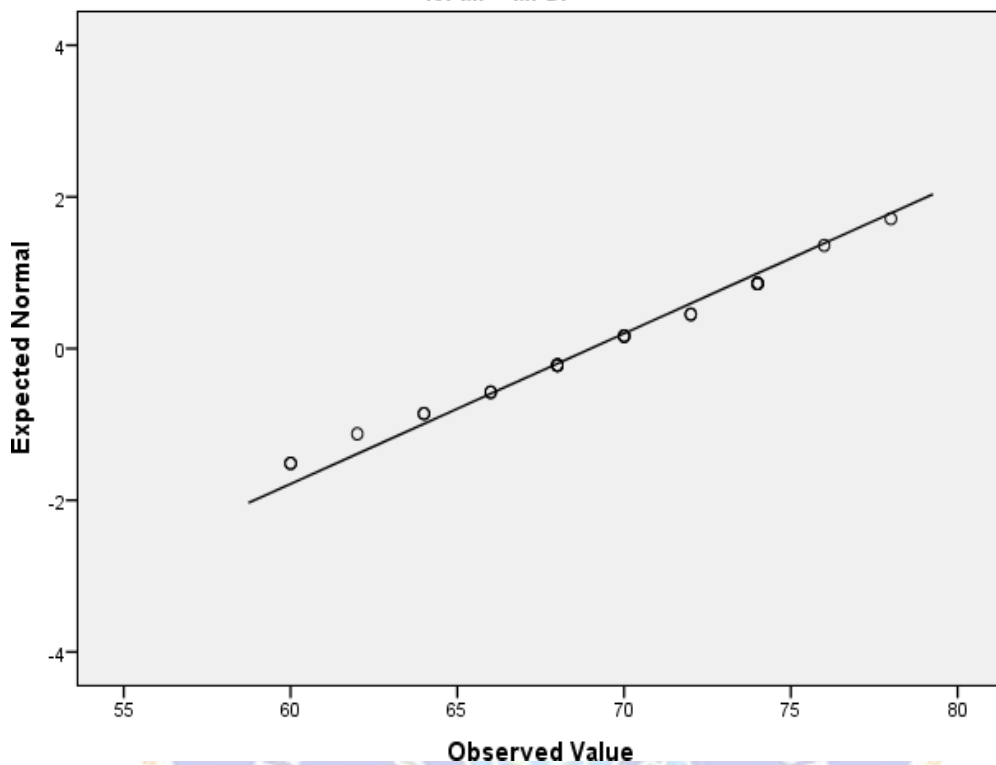
Normal Q-Q Plot of BACKHAND

for MP= MPMP



Normal Q-Q Plot of BACKHAND

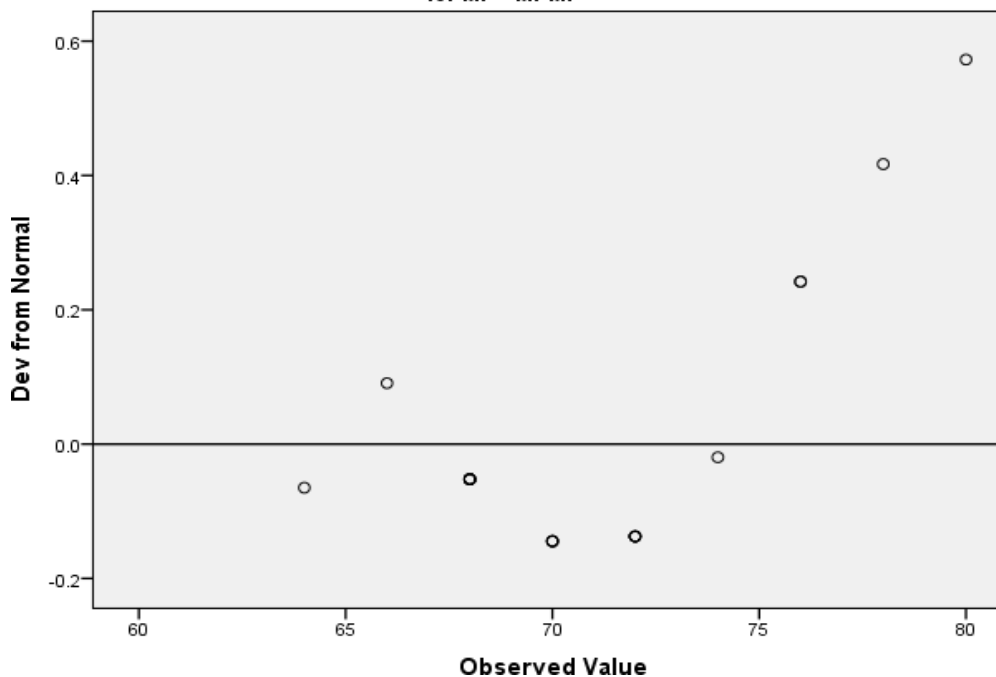
for MP= MPDP

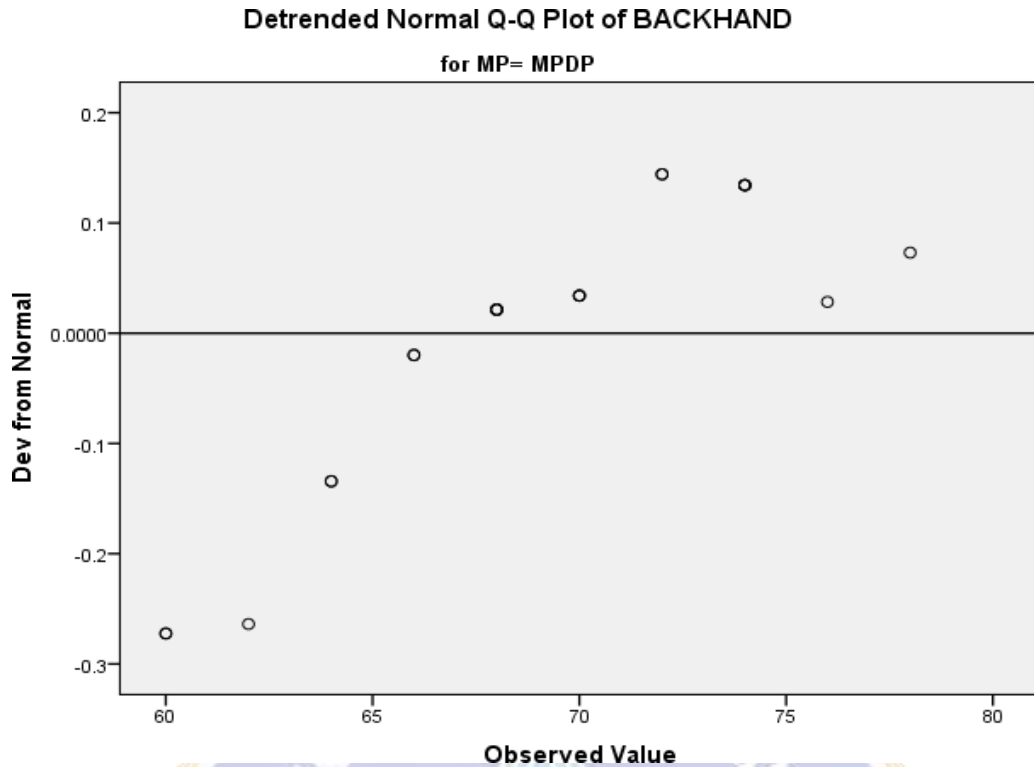


Detrended Normal Q-Q Plots

Detrended Normal Q-Q Plot of BACKHAND

for MP= MPMP

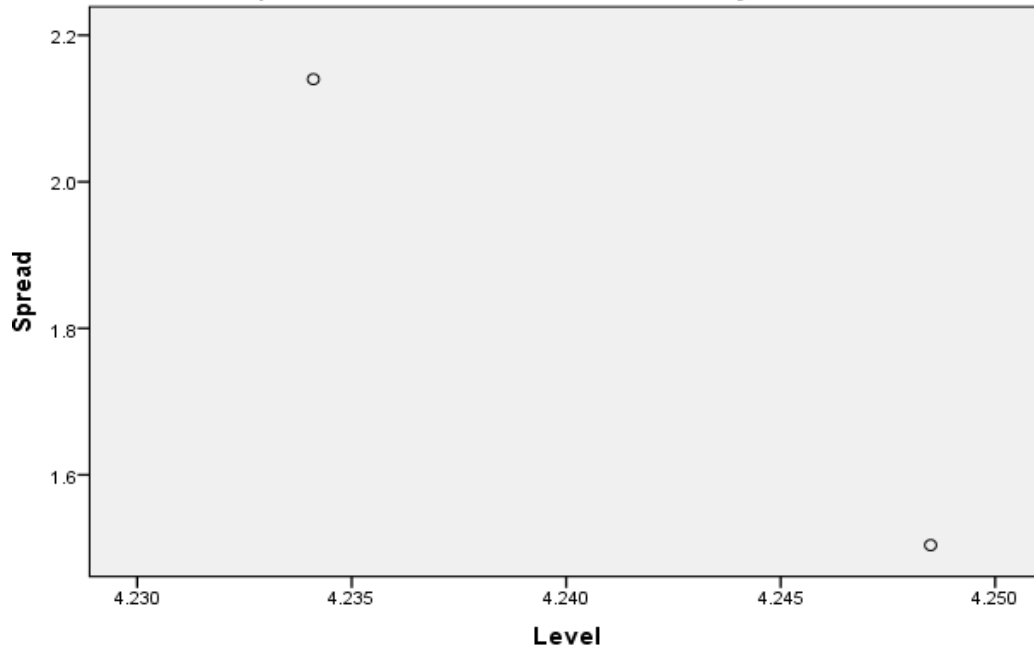




Lampiran 8. Hasil analisis korelasi *Forehand dan Backhand*

Correlations

Spread vs. Level Plot of BACKHAND by MP



* Plot of LN of Spread vs LN of Level
Slope = -44.200 Power for transformation = 45.200

Correlations

		FOREHAND	BACKHAND
<i>FOREHAND</i>	Pearson Correlation	1	.427**
	Sig. (2-tailed)		.004
	N	44	44
<i>BACKHAND</i>	Pearson Correlation	.427**	1
	Sig. (2-tailed)	.004	
	N	44	44

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 9. Hasil analisis MANOVA

General Linear Model

Between-Subjects Factors

		Value Label	N
MP	1	MPMP	22
	2	MPDP	22
KMT	1	KMT-T	22
	2	KMT-R	22

Descriptive Statistics

	MP	KMT	Mean	Std. Deviation	N	
FOREHAND	MPMP	KMT-T	75.45	4.906	11	
		KMT-R	67.45	3.804	11	
		Total	71.45	5.926	22	
	MPDP	KMT-T	68.55	4.569	11	
		KMT-R	66.73	4.315	11	
		Total	67.64	4.435	22	
	Total	KMT-T	72.00	5.823	22	
		KMT-R	67.09	3.987	22	
		Total	69.55	5.521	44	
	BACKHAND	MPMP	KMT-T	73.45	3.698	11
			KMT-R	68.55	2.382	11
			Total	71.00	3.940	22
MPDP		KMT-T	72.73	3.133	11	
		KMT-R	63.82	3.516	11	
		Total	68.27	5.599	22	
Total		KMT-T	73.09	3.365	22	
		KMT-R	66.18	3.800	22	
		Total	69.64	4.979	44	

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian

1. Pretest





2. *Post-Tes*



Kelompok Eksperimen








3. Kelompok kontrol





Lampiran 11. Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
PROGRAM PASCASARJANA**

Jalan Udayana Nomor 11 Singaraja, Bali 81116 Telepon (0362) 32558 Laman www.pasca.umdiksha.ac.id

Nomor : 4012 /UN48.14/KM/2023
Perihal : Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data
Lampiran : Cover Judul, Persetujuan Pb I, II, Dewan Penguji, Keterangan Ahli

Kepada
Yth. : Ketua PELTI Buleleng
di -
Singaraja

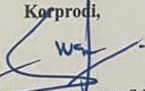
Dengan hormat, dalam rangka percepatan penyelesaian Tesis Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, maka dengan ini kami mohon sekiranya:
Bapak Made Pasek Satriya Oka selaku ketua PELTI kabupaten Buleleng berkenan memberikan **"ijin Melakukan Penelitian"**. Adapun nama mahasiswa adalah:

Nama : Ni Ketut Widhi Trisna Wati
NIM : 2229121011
Judul Penelitian : PENGARUH METODE LATIHAN *DRILL* DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP *FOREHAND* DAN *BACKHAND DRIVE* TENIS LAPANGAN PADA CLUB TENIS BINAAN PELTI BULELENG
Tempat pengambilan data : Lapangan Tenis Bhuana Patra Singaraja

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan perkenan Bapak, kami ucapkan terima kasih.

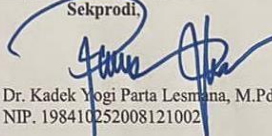
Singaraja, 20 September 2023

Korprodi,




D. Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or
NIP. 198003112008121002

Sekprodi,



Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, M.Pd
NIP. 198410252008121002



Mengesahkan
Direktur
Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd
NIP. 19591010198603100



PELTI
PERSATUAN TENIS SELURUH INDONESIA
PENGURUS KABUPATEN PELTI BULELENG



Sekretariat : Jl. Nuri 12 Singaraja, Telp. 082144122200, 081337559007

Nomor : 12/PELTI-BLL/IX/2023
 Lampiran : -
 Perihal : Ijin Pengambilan Data

Kepada Yth : Bapak Korprodi Program Pascasarjana Undiksha
 di -

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat saudara Nomor : 4012/UN48.14/KM/2023 tentang Permohonan Ijin Pengambilan Data (Penelitian), Kami selaku ketua Umum Pengkab PELTI Buleleng pada prinsipnya **Memberikan Ijin** untuk melakukan penelitian pada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas kerjasamanya selama ini kami ucapkan terima kasih.

Singaraja, 22 September 2023
 Pengkab PELTI Buleleng
 Ketua Umum,

Made Pasek Satrya Oka

Pantang Surut Menuju Perestasi

RIWAYAT HIDUP



Widhi Trisna Wati, Ni Ketut, lahir di Kabupaten Bangli tepatnya di Dusun Kintamani, Kecamatan Kintamani pada tanggal 26 Februari 1999. Anak keempat dari empat bersaudara, dari pasangan I Ketut Karba dan Ni Made Surati.

Penulis saat ini bekerja sebagai guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SD Mutiara Singaraja. Perjalanan karir penulis diawali pada tahun 2021-2023 sebagai guru honorer.

Penulis menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di SDN 2 Kintamani pada tahun 2011, pada tahun tersebut juga penulis melanjutkan pendidikan di SMPN 1 Kintamani dan lulus pada tahun 2014, selanjutnya penulis melanjutkan ke ke SMA Negeri 1 Kintamani dan lulus pada tahun 2017. Pendidikan S 1 penulis tempuh di Undiksha Singaraja di jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi (Penjaskesrek) pada tahun 2017 dan mendapatkan gelar sarjana pada tahun 2021.

