

PELATIHAN MANAJEMEN GIZI BAGI PELATIH PUSLATDA PRA PON DI YOGYAKARTA

Oleh: Djoko Pekik Irianto, Danardono

ABSTRAK

Program latihan yang baik harus melibatkan semua komponen yang dibutuhkan atlet dalam latihan, termasuk program perencanaan gizi bagi atlet. Pelatih PUSLATDA DIY masih banyak yang belum membuat/menyertakan perencanaan gizi bagi atletnya atau masih belum mempunyai kemampuan dalam membuat perencanaan gizi bagi atletnya. Perencanaan Gizi Atlet bagi Pelatih PUSLATDA DIY perlu dilakukan. Pelatih PUSLATDA DIY banyak yang sudah bagus dan berpengalaman dalam mengelola latihan di lapangan, namun belum banyak yang melihat lebih dalam tentang ketercadangan energi yang ada pada para atletnya, status hidrasi dan kecukupan gizinya. Agar pelatih PUSLATDA DIY, mempunyai pengetahuan dan keterampilan yang luas terutama tentang pembuatan program perencanaan gizi, dan mempunyai keterampilan yang memadai dalam menangani kasus-kasus yang berhubungan dengan asupan gizi atlet, maka pelatihan merupakan salah satu cara yang dapat ditempuh. Maka dengan ini KONI DIY akan segera mengeluarkan kebijakan tentang Manajemen Perencanaan Gizi Atlet bagi Pelatih PUSLATDA DIY.

Kata Kunci: *Manajemen, gizi, pelatih, atlet*