

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan temuan-temuan yang dipaparkan pada hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis yang berbunyi “terdapat pengaruh latihan kecepatan terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII putra SMP Negeri 1 Telaga ” dapat diterima.

Hal ini terbukti dengan menerapkan latihan kecepatan memberikan dampak yang positif dan baik terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok serta dapat dibuktikan dengan hipotesis statistik dimana latihan kecepatan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok. Dalam pengujian data normalitas yang diperoleh bahwa data variabel hasil peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok merupakan data yang berdistribusi normal. Serta dalam pengujian homogenitas data variabel hasil dari kemampuan lompat jauh gaya jongkok berasal dari data populasi yang homogen (sama).

5.2 Saran

Berkenaan dengan hasil penelitian yang diperoleh, melalui kesempatan ini penulis menyampaikan saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut.

1. Kepada instansi, kualitas pelatihan seseorang pelatih sangat penting karena ia menjadi ujung tombak terjadinya perubahan dari sebelum bisa menjadi bisa, dari belum menguasai menjadi menguasai, dari belum mengerti menjadi mengerti melalui proses pembinaan maupun pelatihan. Kenyataan menunjukkan bahwa mayoritas pelatih bukan berlatar belakang ilmu keolahragaan. Ilmu kepelatihan selama ini mereka terapkan hanya semata-mata didapat dari upaya mencari tahu sendiri atau belajar dari pengalaman dilapangan. Oleh karenanya sangat penting bagi intstitusi yang terkait untuk meningkatkan kualifikasi tenaga pembina dan pelatih melalui pendidikan berkelanjutan maupun pelatihan. Dengan tenaga yang professional diharapkan

akan memberi kontribusi yang positif pada hasil pelatihan maupun pembinaan siswa.

2. Bagi guru/pelatih hendaknya menyiapkan perencanaan atau program pelatihan mulai dari program mingguan, bulanan, dan tahunan. Disamping itu pula, hendaknya memberikan waktu lebih banyak dalam proses pelatihan, sehingga dengan demikian keterlibatan aktif siswa lebih dominan dibandingkan aktivitas pelatih. Disamping itu selain memperhatikan model pelatihan yang digunakan hendaknya seorang pelatih perlu memperhatikan faktor-faktor lain diluar daya ledak power otot tungkai dan kecepatan lari sebagai bagian dari diri siswa yang turut berkontribusi pada hasil pelatihannya.
3. Bagi siswa, diharapkan mempunyai kesadaran untuk berlatih secara serius dan berkesinambungan sehingga hasil kemampuan lompat jauh gaya jongkok yang diperoleh dapat lebih baik
4. Bagi peneliti yang lain, untuk lebih menyakinkan temuan-temuan dalam penelitian ini, diperlukan kajian yang lebih mendalam dengan melakukan penelitian pada cabang olahraga lain maupun bentuk, model dan metode latihan lain, sehingga benar-benar memberikan sumbangan bagi pendidikan khususnya dibidang olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi.** 2014. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ekoputro, Cuk Subud.** 2015. Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Hasil Lompat Jauh Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri 3 Berbah Kecamatan Berbah Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun Pelajaran 2013/2014. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Handayani, Sri Gusti.** 2015. Pengaruh Latihan Daya Ledak Otot Lengan dan Latihan Kelenturan terhadap Kemampuan *Front Hanspring* Senam Klub PT. Semen Padang. *Jurnal Iptek Olahraga*. Volume 17, Nomor 1, Januari-April 2015. Jakarta: Kementrian Pemuda dan Olahraga R.I.
- Iswan.** 2014. Analisis Daya Ledak Tungkai Dan Kecepatan Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa SMP Negeri 5 Biromaru. *E-Jurnal Tadulako Physical Education, Health And Recreation*, Volume 2, Nomor 6 Agustus 2014. Palu Sulawesi Tengah. Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi FKIP Universitas Tadulako Kampus Bumi Tadulako Tondo.
- Kurniawan, Feri.** 2012. *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Laskar Askara.
- Miftakul Huda, Muhammad., dan Wisnu, Hari.** 2015. Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VII, VIII, Dan IX SMPN 5 Sidoarjo (Studi pada siswa Kelas VII, VIII dan IX SMP Negeri 5 Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Volume 03 Nomor 03 Tahun 2015, 696-70.<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>.
- Muhajir dan Sutrisno, Budi.** 2013. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Muliarta, I wayan., dan Widiastuti Giri, Made Kurnia.** 2015. Pengaruh Latihan Interval Anaerob dan *Power* Otot Tungkai terhadap Kecepatan Renang Gaya

Front Crawl 50 Meter. Jurnal Iptek Olahraga. Volume 17, Nomor 2, Mei-Agustus 2015. Jakarta: Kementerian Pemuda dan Olahraga R.I.

Purwanto, Didik. 2015. Peningkatan *Power Endurance* Melalui Latihan *Piyometric* dengan Metode Interval 1:3 Atlet Pencak Silat. Jurnal Iptek Olahraga. Volume 17, Nomor 2, Mei-Agustus 2015. Jakarta: Kementerian Pemuda dan Olahraga R.I.

Rahmani, Mikada. 2014. Buku Super Lengkap Olahraga. Jakarta: Dunia Cerdas.

Saifuddin., Nyak, Amir., Febi, Aulia. 2015. Peningkatan Kekuatan, Kecepatan dan *Power* Otot Tungkai Atlet Lompat Tinggi. Jurnal Iptek Olahraga. Volume 17, Nomor 1, Januari-April 2015. Jakarta: Kementerian Pemuda dan Olahraga R.I.

Sumaryoto dan Nopembri, Soni. 2014. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional.

Syarifudin dan Wiradihadja, Sudrajat. 2014. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

LAMPIRAN : 1

HASIL PENELITIAN *PRE-TEST* DAN *POST-TEST*

Data *Pre-test* dan *Post-tes* serta Selisihnya (*gain*)

<i>No</i>	<i>Test Awal</i>	<i>Test Akhir</i>	<i>Selisih (Gain)</i>
1	4,14	4,24	0,1
2	3,81	4,04	0,23
3	4,01	4,24	0,23
4	4,24	4,37	0,13
5	3,51	3,80	0,29
6	4,17	4,45	0,28
7	4,11	4,36	0,25
8	4,21	4,49	0,28
9	4,28	4,57	0,29
10	3,11	3,55	0,44
11	4,07	4,51	0,44
12	3,16	3,89	0,73
13	4,26	4,55	0,29
14	4,30	4,59	0,29
15	4,09	4,53	0,44
16	3,14	3,69	0,55
17	3,87	4,08	0,21
18	4,31	4,68	0,37
19	3,71	4,11	0,4
20	4,27	4,31	0,04
Σ	78,77	85,98	6,28

Keterangan:

X_1 = *Pre-Test*

X_2 = *Post-Test*

D = *Post-Test – Pre-Test*

**PERHITUNGAN RATA-RATA, VARIANS, STANDAR DEVIASI DAN
PENGUJIAN NORMALITAS DATA *PRE TEST* DAN *POST TEST***

Normalitas data <i>PRE-TEST</i>										
No	X	\bar{X}	$x-\bar{X}$	$x-\bar{X}^2$	S	Zi	Fzi	Szi	Fzi-Szi	Ket
1	3,11	3,9385	-0,8285	0,686	0,40518	-2,04	0,0207	0,05	0,0293	Normal
2	3,14	3,9385	-0,7985	0,638	0,40518	-1,97	0,0244	0,10	0,0756	Normal
3	3,16	3,9385	-0,7785	0,606	0,40518	-1,92	0,0274	0,15	0,1226	Normal
4	3,51	3,9385	-0,4285	0,184	0,40518	-1,06	0,1446	0,20	0,0554	Normal
5	3,71	3,9385	-0,2285	0,052	0,40518	-0,56	0,2877	0,25	0,0377	Normal
6	3,81	3,9385	-0,1285	0,017	0,40518	-0,32	0,3745	0,30	0,0745	Normal
7	3,87	3,9385	-0,0685	0,005	0,40518	-0,17	0,4325	0,35	0,0825	Normal
8	4,01	3,9385	0,0715	0,005	0,40518	0,18	0,5714	0,40	0,1714	Normal
9	4,07	3,9385	0,1315	0,017	0,40518	0,32	0,6255	0,45	0,1755	Normal
10	4,09	3,9385	0,1515	0,023	0,40518	0,37	0,6443	0,50	0,1443	Normal
11	4,11	3,9385	0,1715	0,029	0,40518	0,42	0,6628	0,55	0,1128	Normal
12	4,14	3,9385	0,2015	0,041	0,40518	0,50	0,6915	0,60	0,0915	Normal
13	4,17	3,9385	0,2315	0,054	0,40518	0,57	0,7157	0,65	0,0657	Normal
14	4,21	3,9385	0,2715	0,074	0,40518	0,67	0,7486	0,70	0,0486	Normal
15	4,24	3,9385	0,3015	0,091	0,40518	0,74	0,7704	0,75	0,0204	Normal
16	4,26	3,9385	0,3215	0,103	0,40518	0,79	0,7852	0,80	0,0148	Normal
17	4,27	3,9385	0,3315	0,110	0,40518	0,82	0,7939	0,85	0,0561	Normal
18	4,28	3,9385	0,3415	0,117	0,40518	0,84	0,7995	0,90	0,1005	Normal
19	4,30	3,9385	0,3615	0,131	0,40518	0,89	0,8133	0,95	0,1367	Normal
20	4,31	3,9385	0,3715	0,138	0,40518	0,92	0,8212	1,00	0,1788	Normal
Σ	78,77	Varians		0,16417						
\bar{X}	3,9385	Standar Deviasi		0,40518						
Jumlah							3,11926			

Normalitas data POST TEST										
No	X	\bar{X}	$x-\bar{X}$	$x-\bar{X}^2$	S	Zi	Fzi	Szi	Fzi-Szi	Ket
1	3,55	4,253	-0,7025	0,4935	0,324	-2,17	0,015	0,05	-0,0350	Normal
2	3,69	4,253	-0,5625	0,3164	0,324	-1,74	0,0409	0,10	-0,0591	Normal
3	3,80	4,253	-0,4525	0,2048	0,324	-1,40	0,0808	0,15	-0,0692	Normal
4	3,89	4,253	-0,3625	0,1314	0,324	-1,12	0,1314	0,20	-0,0686	Normal
5	4,04	4,253	-0,2125	0,0452	0,324	-0,66	0,2546	0,25	0,0046	Normal
6	4,08	4,253	-0,1725	0,0298	0,324	-0,53	0,2981	0,30	-0,0019	Normal
7	4,11	4,253	-0,1425	0,0203	0,324	-0,44	0,3300	0,35	-0,0200	Normal
8	4,24	4,253	-0,0125	0,0002	0,324	-0,04	0,4840	0,43	0,0590	Normal
9	4,24	4,253	-0,0125	0,0002	0,324	-0,04	0,4840	0,43	0,0590	Normal
10	4,31	4,253	0,0575	0,0033	0,324	0,18	0,5718	0,50	0,0718	Normal
11	4,36	4,253	0,1075	0,0116	0,324	0,33	0,6293	0,55	0,0793	Normal
12	4,37	4,253	0,1175	0,0138	0,324	0,36	0,6406	0,60	0,0406	Normal
13	4,45	4,253	0,1975	0,0390	0,324	0,61	0,7291	0,65	0,0791	Normal
14	4,49	4,253	0,2375	0,0564	0,324	0,73	0,7673	0,70	0,0673	Normal
15	4,51	4,253	0,2575	0,0663	0,324	0,79	0,7852	0,75	0,0352	Normal
16	4,53	4,253	0,2775	0,0770	0,324	0,86	0,8051	0,80	0,0051	Normal
17	4,55	4,253	0,2975	0,0885	0,324	0,92	0,8212	0,85	-0,0288	Normal
18	4,57	4,253	0,3175	0,1008	0,324	0,98	0,8365	0,90	-0,0635	Normal
19	4,59	4,253	0,3375	0,1139	0,324	1,04	0,8508	0,95	0,0992	Normal
20	4,68	4,253	0,4275	0,1828	0,324	1,32	0,9066	1,00	-0,0934	Normal
Σ	85,05	Varians		0,10500						
	4,2525	Standar Deviasi		0,32404						
							Jumlah	1,99498		

Keterangan:

Rumus rata-rata : $\bar{X} = \frac{\Sigma x}{n}$

Keterangan : \bar{X} = Rata-rata (mean)

: $\Sigma \bar{X}$ = jumlah harga X

: n = jumlah sampel

Rumus Varians dan standar deviasi yang digunakan: $Sd_1 = \sqrt{\frac{(X_1 - \bar{X}_1)^2}{n-1}}$

Untuk Zi digunakan rumus " $\frac{X_1 - \bar{X}_1}{Sd}$ "

Untuk mendapatkan F(Zi) Dilihat tabel daftar distribusi normal baku.

Untuk mendapatkan S(Zi) digunakan rumus $\frac{\text{Rengking}}{n}$

PERHITUNGAN HOMOGENITAS DATA

$$F = \frac{\text{Varian terbesar}}{\text{Varians terkecil}}$$

$$F = \frac{\text{Varian terbesar}}{\text{Varians Terkecil}} = \frac{0,16417}{0,10500}$$

$$F = 1,56$$

ANALISIS DATA PENELITIAN EKSPERIMEN PENGARUH

No	X1	X2	D	Md	Xd	X ² d
1	4,14	4,24	0,1	0,314	-0,214	0,0458
2	3,81	4,04	0,23	0,314	-0,084	0,00706
3	4,01	4,24	0,23	0,314	-0,084	0,00706
4	4,24	4,37	0,13	0,314	-0,184	0,03386
5	3,51	3,80	0,29	0,314	-0,024	0,00058
6	4,17	4,45	0,28	0,314	-0,034	0,00116
7	4,11	4,36	0,25	0,314	-0,064	0,0041
8	4,21	4,49	0,28	0,314	-0,034	0,00116
9	4,28	4,57	0,29	0,314	-0,024	0,00058
10	3,11	3,55	0,44	0,314	0,126	0,01588
11	4,07	4,51	0,44	0,314	0,126	0,01588
12	3,16	3,89	0,73	0,314	0,416	0,17306
13	4,26	4,55	0,29	0,314	-0,024	0,00058
14	4,30	4,59	0,29	0,314	-0,024	0,00058
15	4,09	4,53	0,44	0,314	0,126	0,01588
16	3,14	3,69	0,55	0,314	0,236	0,0557
17	3,87	4,08	0,21	0,314	-0,104	0,01082
18	4,31	4,68	0,37	0,314	0,056	0,00314
19	3,71	4,11	0,4	0,314	0,086	0,0074
20	4,27	4,31	0,04	0,314	-0,274	0,07508
Σ			6,28	ΣX^2d		0,47528
Md			0,314			

Jadi dapat dihitung:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum X^2 d}{N(N-1)}}$$

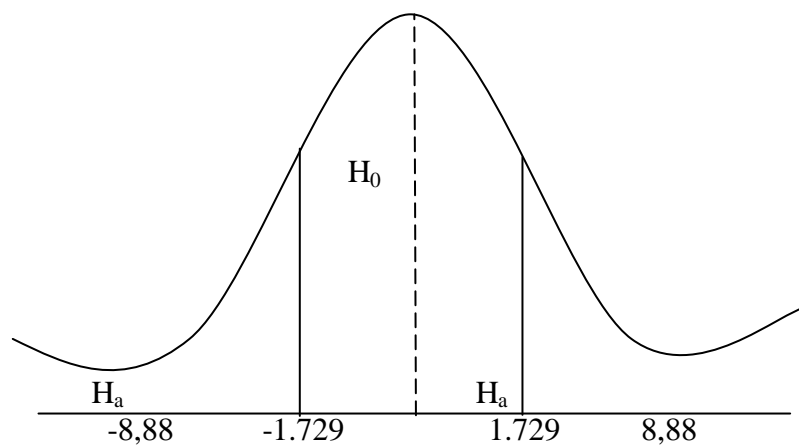
$$t = \frac{0,314}{\sqrt{\frac{0,47528}{20(20-1)}}$$

$$t = \frac{0,314}{\sqrt{\frac{0,47528}{380}}}$$

$$t = \frac{0,314}{\sqrt{0,001250737}}$$

$$t = \frac{0,314}{0,035365758}$$

$$t = 8,88$$



Kurva Penerimaan dan Penolakan Hipotesis (X_1 dan X_2)

LAMPIRAN : 2

PROGRAM LATIHAN

NO	PERTEMUAN	KEGIATAN EKSPERIMEN (LATIHAN)	REPETISI	SET	RECOVERY	IN
1	1 Kamis, 13 – April -2017	A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Pre-test lompat jauh gaya jongkok	3	1	3-5 menit	
		C. Penutup • Pendinginan				
2	2 Senin, 17 – April -2017	A. Pendahuluan • pemanasan				
		B. Latihan Inti • Lari sprint ➤ 50 M	2	1	3-5 menit	
		C. Penutup Pendinginan				
3	3,4 Rabu, 19 – April -2017 Jum'at, 21 – April -2017	A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Lari sprint ➤ 50 M	2	2	3-5 menit	
4	5,6,7 Senin, 24 – April -2017 Rabu, 26 – April -2017 Jum'at, 28 – April - 2017	C. Penutup • Pendinginan				
		A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Lari sprint ➤ 50 M	3	2	3-5 menit	
5	8,9,10 Senin, 01 - Mei - 2017 Rabu,	A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Lari sprint	4	2	3-5 menit	

	03 - Mei - 2017 Jum'at, 05 - Mei - 2017	➤ 50 M C. Penutup • Pendinginan				
6	11,12,13 Senin, 08 - Mei - 2017 Rabu, 10 - Mei - 2017 Jum'at, 12 - Mei - 2017	A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Lari sprint ➤ 50 M	4	3	3-5 menit	
		C. Penutup • Pendinginan				

7	14,15,16 Senin, 15 - Mei - 2017 Rabu, 17 - Mei - 2017 Jum'at, 19 - Mei - 2017	A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Lari sprint ➤ 50 M	4	4	3-5 menit	
		C. Penutup • Pendinginan				
8	17 Senin, 22 - Mei - 2017	A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Lari sprint ➤ 50 M	4	5	3-5 menit	
		C. Penutup • Pendinginan				
9	18 Rabu, 24 - Mei - 2017	A. Pendahuluan • Pemanasan				
		B. Latihan Inti • Post-test lompat jauh gaya jongkok	3	1	3-5 menit	
		C. Penutup • Pendinginan				

LAMPIRAN : 3

Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors

Ukuran Sampel	Tingkat Nyata (α)				
	0,01	0,05	0,10	0,15	0,20
n = 4	0,417	0,381	0,352	0,319	0,300
5	0,405	0,337	0,315	0,299	0,285
6	0,364	0,319	0,294	0,277	0,265
7	0,348	0,300	0,276	0,258	0,247
8	0,331	0,285	0,261	0,244	0,233
9	0,311	0,271	0,249	0,233	0,223
10	0,294	0,258	0,239	0,224	0,215
11	0,284	0,249	0,230	0,217	0,206
12	0,275	0,242	0,223	0,212	0,199
13	0,268	0,234	0,214	0,202	0,190
14	0,261	0,227	0,207	0,194	0,183
15	0,257	0,220	0,201	0,187	0,177
16	0,250	0,213	0,195	0,182	0,173
17	0,245	0,206	0,189	0,177	0,169
18	0,239	0,200	0,184	0,173	0,166
19	0,235	0,195	0,179	0,169	0,163
20	0,231	0,190	0,174	0,166	0,160
25	0,200	0,173	0,158	0,147	0,142
30	0,187	0,161	0,144	0,136	0,131
n > 30	1,031	0,886	0,805	0,768	0,736
	\sqrt{n}	\sqrt{n}	\sqrt{n}	\sqrt{n}	\sqrt{n}

Source: Conover, W.J., Practical Nonparametric Statistics, John Wiley & Sons, Inc. 1973.

DAFTAR DISTRIBUSI NORMAL BAKU

Wilayah Luas Di Bawah Kurva Normal

z	0.00	0.01	0.02	0.03	0.04	0.05	0.06	0.07	0.08	0.09
-3.4	0.0003	0.0003	0.0003	0.0003	0.0003	0.0003	0.0003	0.0003	0.0003	0.0002
-3.3	0.0005	0.0005	0.0005	0.0004	0.0004	0.0004	0.0004	0.0004	0.0004	0.0003
-3.2	0.0007	0.0007	0.0006	0.0006	0.0006	0.0006	0.0006	0.0005	0.0005	0.0005
-3.1	0.0010	0.0009	0.0009	0.0009	0.0008	0.0008	0.0008	0.0008	0.0007	0.0007
-3.0	0.0013	0.0013	0.0013	0.0012	0.0012	0.0011	0.0011	0.0011	0.0010	0.0010
-2.9	0.0019	0.0018	0.0017	0.0017	0.0016	0.0016	0.0015	0.0015	0.0014	0.0014
-2.8	0.0026	0.0025	0.0024	0.0023	0.0023	0.0022	0.0021	0.0021	0.0020	0.0019
-2.7	0.0035	0.0034	0.0033	0.0032	0.0031	0.0030	0.0029	0.0028	0.0027	0.0026
-2.6	0.0047	0.0045	0.0044	0.0043	0.0041	0.0040	0.0039	0.0038	0.0037	0.0036
-2.5	0.0062	0.0060	0.0059	0.0057	0.0055	0.0054	0.0052	0.0051	0.0049	0.0048
-2.4	0.0082	0.0080	0.0078	0.0075	0.0073	0.0071	0.0069	0.0068	0.0066	0.0064
-2.3	0.0107	0.0104	0.0102	0.0099	0.0096	0.0094	0.0091	0.0089	0.0087	0.0084
-2.2	0.0139	0.0136	0.0132	0.0129	0.0125	0.0122	0.0119	0.0116	0.0113	0.0110
-2.1	0.0179	0.0174	0.0170	0.0166	0.0162	0.0158	0.0154	0.0150	0.0146	0.0143
-2.0	0.0228	0.0222	0.0217	0.0212	0.0207	0.0202	0.0197	0.0192	0.0188	0.0183
-1.9	0.0287	0.0281	0.0274	0.0268	0.0262	0.0256	0.0250	0.0244	0.0239	0.0233
-1.8	0.0359	0.0352	0.0344	0.0336	0.0329	0.0322	0.0314	0.0307	0.0301	0.0294
-1.7	0.0446	0.0436	0.0427	0.0418	0.0409	0.0401	0.0392	0.0384	0.0375	0.0367
-1.6	0.0548	0.0537	0.0526	0.0516	0.0505	0.0495	0.0485	0.0475	0.0465	0.0455
-1.5	0.0668	0.0655	0.0643	0.0630	0.0618	0.0606	0.0594	0.0582	0.0571	0.0559
-1.4	0.0808	0.0793	0.0778	0.0764	0.0749	0.0735	0.0722	0.0708	0.0694	0.0681
-1.3	0.0968	0.0951	0.0934	0.0918	0.0901	0.0885	0.0869	0.0853	0.0838	0.0823
-1.2	0.1151	0.1131	0.1112	0.1093	0.1075	0.1058	0.1038	0.1020	0.1003	0.0985
-1.1	0.1357	0.1335	0.1314	0.1292	0.1271	0.1251	0.1230	0.1210	0.1190	0.1170
-1.0	0.1587	0.1562	0.1539	0.1515	0.1492	0.1469	0.1446	0.1423	0.1401	0.1379
-0.9	0.1841	0.1814	0.1788	0.1762	0.1736	0.1711	0.1685	0.1660	0.1635	0.1611
-0.8	0.2119	0.2090	0.2061	0.2033	0.2005	0.1977	0.1949	0.1922	0.1894	0.1867
-0.7	0.2420	0.2389	0.2358	0.2327	0.2296	0.2265	0.2236	0.2206	0.2177	0.2148
-0.6	0.2443	0.2709	0.2676	0.2643	0.2611	0.2578	0.2546	0.2514	0.2483	0.2451
-0.5	0.3085	0.3050	0.3015	0.2981	0.2946	0.2912	0.2877	0.2843	0.2810	0.2776
-0.4	0.3446	0.3409	0.3372	0.3336	0.3300	0.3264	0.3228	0.3192	0.3156	0.3121
-0.3	0.3821	0.3783	0.3745	0.3707	0.3669	0.3632	0.3594	0.3557	0.3520	0.3483
-0.2	0.4207	0.4168	0.4129	0.4090	0.4052	0.4013	0.3974	0.3936	0.3897	0.3859
-0.1	0.4602	0.4562	0.4522	0.4483	0.4443	0.4404	0.4364	0.4325	0.4286	0.4247
-0.0	0.5000	0.4960	0.4920	0.4880	0.4840	0.4801	0.4761	0.4721	0.4681	0.4641

0.0	0.5000	0.5040	0.5080	0.5120	0.5160	0.5199	0.5239	0.5279	0.5319	0.5359
0.1	0.5398	0.5438	0.5478	0.5517	0.5557	0.5596	0.5636	0.5675	0.5714	0.5753
0.2	0.5793	0.5832	0.5871	0.5910	0.5948	0.5987	0.6026	0.6064	0.6103	0.6141
0.3	0.6179	0.6217	0.6255	0.6293	0.6331	0.6368	0.6406	0.6443	0.6480	0.6517
0.4	0.6554	0.6591	0.6628	0.6664	0.6700	0.6736	0.6772	0.6808	0.6844	0.6879
0.5	0.6915	0.6950	0.6985	0.7019	0.7054	0.7088	0.7123	0.7157	0.7190	0.7224
0.6	0.7257	0.7291	0.7324	0.7357	0.7389	0.7422	0.7454	0.7486	0.7517	0.7549
0.7	0.7580	0.7611	0.7642	0.7673	0.7704	0.7734	0.7764	0.7794	0.7823	0.7852
0.8	0.7881	0.7910	0.7939	0.7967	0.7995	0.8023	0.8051	0.8078	0.8106	0.8133
0.9	0.8159	0.8186	0.8212	0.8238	0.8264	0.8289	0.8315	0.8340	0.8365	0.8389
1.0	0.8413	0.8438	0.8461	0.8485	0.8508	0.8531	0.8554	0.8577	0.8599	0.8621
1.1	0.8643	0.8665	0.8686	0.8708	0.8729	0.8749	0.8770	0.8790	0.8810	0.8830
1.2	0.8849	0.8869	0.8888	0.8907	0.8925	0.8944	0.8962	0.8980	0.8997	0.9015
1.3	0.9032	0.9049	0.9066	0.9082	0.9099	0.9115	0.9131	0.9147	0.9162	0.9177
1.4	0.9192	0.9207	0.9222	0.9236	0.9251	0.9265	0.9278	0.9292	0.9306	0.9319
1.5	0.9332	0.9345	0.9357	0.9370	0.9382	0.9394	0.9406	0.9418	0.9429	0.9441
1.6	0.9452	0.9463	0.9474	0.9484	0.9495	0.9505	0.9515	0.9525	0.9535	0.9545
1.7	0.9554	0.9564	0.9573	0.9582	0.9591	0.9599	0.9608	0.9616	0.9625	0.9633
1.8	0.9641	0.9649	0.9656	0.9664	0.9671	0.9678	0.9689	0.9693	0.9699	0.9706
1.9	0.9713	0.9719	0.9726	0.9732	0.9738	0.9744	0.9750	0.9756	0.9761	0.9767
2.0	0.9772	0.9778	0.9783	0.9788	0.9793	0.9798	0.9803	0.9808	0.9812	0.9817
2.1	0.9821	0.9826	0.9830	0.9834	0.9838	0.9842	0.9846	0.9850	0.9854	0.9857
2.2	0.9861	0.9864	0.9868	0.9871	0.9875	0.9878	0.9881	0.9884	0.9887	0.9890
2.3	0.9893	0.9896	0.9898	0.9901	0.9904	0.9906	0.9909	0.9911	0.9913	0.9916
2.4	0.9918	0.9920	0.9922	0.9925	0.9927	0.9929	0.9931	0.9932	0.9934	0.9936
2.5	0.9938	0.9940	0.9941	0.9943	0.9945	0.9946	0.9948	0.9949	0.9951	0.9952
2.6	0.9953	0.9955	0.9956	0.9957	0.9959	0.9960	0.9961	0.9962	0.9963	0.9964
2.7	0.9965	0.9966	0.9967	0.9968	0.9966	0.9970	0.9971	0.9972	0.9973	0.9974
2.8	0.9974	0.9975	0.9976	0.9977	0.9977	0.9978	0.9979	0.9979	0.9980	0.9981
2.9	0.9981	0.9982	0.9982	0.9983	0.9984	0.9984	0.9985	0.9985	0.9986	0.9986
3.0	0.9987	0.9987	0.9987	0.9988	0.9988	0.9989	0.9989	0.9989	0.9990	0.9990
3.1	0.9990	0.9991	0.9991	0.9991	0.9992	0.9992	0.9992	0.9992	0.9993	0.9993
3.2	0.9993	0.9993	0.9994	0.9994	0.9994	0.9994	0.9994	0.9995	0.9995	0.9995
3.3	0.9995	0.9995	0.9995	0.9996	0.9996	0.9996	0.9996	0.9996	0.9996	0.9997
3.4	0.9997	0.9997	0.9997	0.9997	0.9997	0.9997	0.9997	0.9997	0.9997	0.9998

NILAI-NILAI UNTUK DISTRIBUSI F

Baris atas untuk 5%
Baris bawah untuk 1%

V _p = dk Penyebut	V ₁ = dk pembilang																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	∞	
1	161	200	216	225	230	234	237	239	241	242	243	244	245	246	248	249	250	251	252	253	253	254	254	254	
	4,052	4,999	5,403	5,625	5,764	5,859	5,928	5,981	6,022	6,056	6,082	6,106	6,142	6,169	6,208	6,234	6,258	6,286	6,302	6,323	6,334	6,352	6,361	6,366	
2	18,51	19,00	19,16	19,25	19,30	19,33	19,36	19,37	19,38	19,39	19,4	19,41	19,42	19,43	19,44	19,45	19,45	19,47	19,47	19,48	19,49	19,49	19,50	19,50	
	98,49	99,00	99,17	99,25	99,30	99,33	99,34	99,36	99,38	99,40	99,41	99,42	99,43	99,44	99,45	99,46	99,47	99,48	99,48	99,49	99,49	99,49	99,50	99,50	
3	10,13	9,55	9,28	9,12	9,01	8,94	8,88	8,84	8,81	8,78	8,76	8,74	8,71	8,69	8,66	8,64	8,62	8,60	8,58	8,57	8,56	8,54	8,54	8,53	
	34,12	30,81	29,46	28,71	28,24	27,91	27,67	27,49	27,34	27,23	27,13	27,05	26,92	26,83	26,69	26,60	26,50	26,41	26,35	26,27	26,23	26,18	26,14	26,12	
4	7,71	6,94	6,59	6,39	6,26	6,16	6,09	6,04	6,00	5,95	5,93	5,91	5,87	5,84	5,80	5,77	5,74	5,71	5,70	5,68	5,66	5,65	5,64	5,63	
	21,20	18,00	16,69	15,98	15,52	15,21	14,98	14,80	14,66	14,54	14,45	14,37	14,24	14,15	14,02	13,93	13,83	13,74	13,69	13,61	13,57	13,52	13,48	13,46	
5	6,61	5,79	5,41	5,19	5,05	4,95	4,88	4,82	4,78	4,74	4,70	4,68	4,64	4,60	4,56	4,53	4,50	4,46	4,44	4,42	4,40	4,38	4,37	4,36	
	16,26	13,27	12,06	11,39	10,97	10,67	10,45	10,27	10,15	10,05	9,96	9,89	9,77	9,68	9,55	9,47	9,38	9,29	9,24	9,17	9,13	9,07	9,04	9,02	
6	5,99	5,14	4,76	4,53	4,39	4,28	4,21	4,15	4,10	4,06	4,03	4,00	3,96	3,92	3,87	3,84	3,81	3,77	3,75	3,72	3,71	3,69	3,68	3,67	
	13,74	10,92	9,76	9,15	8,75	8,47	8,26	8,10	7,98	7,87	7,79	7,72	7,60	7,52	7,39	7,31	7,23	7,14	7,09	7,02	6,99	6,94	6,90	6,88	
7	5,59	4,74	4,35	4,14	3,97	3,87	3,79	3,73	3,68	3,63	3,60	3,57	3,51	3,49	3,44	3,41	3,38	3,34	3,32	3,29	3,28	3,25	3,24	3,23	
	12,25	9,55	8,45	7,85	7,46	7,19	7,00	6,84	6,71	6,62	6,54	6,47	6,36	6,27	6,15	6,07	5,98	5,90	5,85	5,78	5,75	5,70	5,67	5,65	
8	5,32	4,46	4,07	3,84	3,69	3,58	3,50	3,44	3,39	3,34	3,31	3,28	3,23	3,20	3,15	3,12	3,08	3,05	3,03	3,00	2,98	2,96	2,94	2,93	
	11,26	8,65	7,59	7,01	6,63	6,37	6,19	6,03	5,91	5,82	5,74	5,67	5,56	5,48	5,36	5,28	5,20	5,11	5,06	5,00	4,96	4,91	4,88	4,86	
9	5,12	4,26	3,86	3,63	3,48	3,37	3,29	3,23	3,18	3,13	3,10	3,07	3,02	2,98	2,93	2,90	2,86	2,82	2,80	2,77	2,76	2,73	2,72	2,71	
	10,56	8,02	6,99	6,42	6,06	5,80	5,62	5,47	5,35	5,26	5,18	5,11	5,00	4,92	4,80	4,73	4,64	4,56	4,51	4,45	4,41	4,36	4,33	4,31	
10	4,96	4,10	3,71	3,48	3,33	3,22	3,14	3,07	3,02	2,97	2,94	2,91	2,86	2,82	2,77	2,74	2,70	2,67	2,64	2,61	2,59	2,56	2,55	2,54	
	10,04	7,56	6,55	5,99	5,64	5,39	5,21	5,06	4,95	4,85	4,78	4,71	4,60	4,52	4,41	4,33	4,25	4,17	4,12	4,05	4,01	3,96	3,93	3,91	
11	4,84	3,98	3,59	3,36	3,20	3,09	3,01	2,95	2,90	2,86	2,82	2,79	2,74	2,70	2,65	2,61	2,57	2,53	2,50	2,47	2,45	2,42	2,41	2,40	
	9,65	7,20	6,22	5,67	5,32	5,07	4,88	4,74	4,63	4,54	4,46	4,40	4,29	4,21	4,10	4,02	3,94	3,86	3,80	3,74	3,70	3,66	3,62	3,60	

V ₁ = dk Penyebut	V ₂ = dk pembilang																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	∞
12	4,75	3,88	3,49	3,26	3,11	3,00	2,92	2,85	2,80	2,76	2,72	2,69	2,64	2,60	2,54	2,50	2,46	2,42	2,40	2,36	2,35	2,32	2,31	2,30
	9,33	6,93	5,95	5,41	5,08	4,82	4,65	4,50	4,39	4,30	4,22	4,16	4,05	3,98	3,85	3,78	3,70	3,61	3,56	3,49	3,45	3,41	3,38	3,36
13	4,67	3,80	3,41	3,18	3,02	2,92	2,84	2,77	2,72	2,67	2,63	2,60	2,55	2,51	2,46	2,42	2,38	2,34	2,32	2,28	2,26	2,24	2,22	2,21
	9,07	6,71	5,74	5,20	4,86	4,62	4,44	4,30	4,19	4,10	4,02	3,96	3,85	3,78	3,67	3,59	3,51	3,42	3,37	3,30	3,27	3,21	3,18	3,16
14	4,60	3,74	3,34	3,11	2,96	2,85	2,77	2,70	2,65	2,60	2,56	2,53	2,48	2,44	2,39	2,35	2,31	2,27	2,24	2,21	2,19	2,16	2,14	2,13
	8,86	6,51	5,56	5,03	4,69	4,46	4,28	4,14	4,03	3,94	3,86	3,80	3,70	3,62	3,51	3,43	3,34	3,26	3,21	3,14	3,11	3,06	3,02	3,00
15	4,54	3,68	3,29	3,06	2,90	2,79	2,70	2,64	2,59	2,55	2,51	2,48	2,43	2,39	2,33	2,29	2,25	2,21	2,18	2,15	2,12	2,10	2,08	2,07
	8,68	6,36	5,42	4,89	4,56	4,32	4,14	4,00	3,89	3,80	3,73	3,67	3,56	3,48	3,36	3,29	3,20	3,12	3,07	3,00	2,97	2,92	2,89	2,87
16	4,48	3,63	3,24	3,01	2,85	2,74	2,66	2,59	2,54	2,49	2,45	2,42	2,37	2,33	2,28	2,24	2,20	2,16	2,13	2,09	2,07	2,04	2,02	2,01
	8,53	6,23	5,29	4,77	4,44	4,20	4,03	3,89	3,78	3,69	3,61	3,55	3,45	3,37	3,25	3,18	3,10	3,01	2,96	2,89	2,86	2,80	2,77	2,75
17	4,45	3,59	3,20	2,96	2,81	2,70	2,62	2,55	2,50	2,45	2,41	2,38	2,33	2,29	2,23	2,19	2,15	2,11	2,08	2,04	2,02	1,99	1,97	1,96
	8,40	6,11	5,18	4,67	4,34	4,10	3,93	3,79	3,68	3,59	3,52	3,45	3,35	3,27	3,16	3,08	3,00	2,92	2,86	2,79	2,76	2,700	2,67	2,65
18	4,41	3,55	3,16	2,93	2,77	2,66	2,58	2,51	2,46	2,41	2,37	2,34	2,29	2,25	2,19	2,15	2,11	2,07	2,04	2,00	1,98	1,95	1,93	1,92
	8,28	6,01	5,09	4,58	4,25	4,01	3,85	3,71	3,60	3,51	3,44	3,37	3,27	3,19	3,07	3,00	2,91	2,83	2,78	2,71	2,68	2,62	2,59	2,57
19	4,38	3,52	3,13	2,90	2,74	2,63	2,55	2,48	2,43	2,38	2,34	2,31	2,26	2,21	2,15	2,11	2,07	2,02	2,00	1,96	1,94	1,91	1,90	1,88
	8,18	5,93	5,01	4,50	4,17	3,94	3,77	3,63	3,52	3,43	3,36	3,30	3,19	3,12	3,00	2,92	2,84	2,76	2,70	2,63	2,60	2,54	2,51	2,49
20	4,35	3,49	3,10	2,87	2,71	2,60	2,52	2,45	2,40	2,35	2,31	2,28	2,23	2,18	2,12	2,08	2,04	1,99	1,96	1,92	1,90	1,87	1,85	1,84
	8,10	5,85	4,94	4,43	4,1	3,87	3,71	3,56	3,45	3,37	3,30	3,23	3,13	3,05	2,94	2,86	2,77	2,69	2,63	2,56	2,53	2,47	2,44	2,42
21	4,32	3,47	3,07	2,84	2,68	2,57	2,49	2,42	2,37	2,32	2,28	2,25	2,20	2,15	2,09	2,05	2,00	1,96	1,93	1,89	1,87	1,84	1,82	1,81
	8,02	5,78	4,87	4,37	4,04	3,81	3,65	3,51	3,40	3,31	3,24	3,17	3,07	2,99	2,88	2,80	2,72	2,63	2,58	2,51	2,47	2,42	2,38	2,36
22	4,30	3,44	3,05	2,82	2,66	2,55	2,47	2,40	2,35	2,30	2,26	2,23	2,18	2,13	2,07	2,03	1,98	1,93	1,91	1,87	1,84	1,81	1,80	1,78
	7,94	5,72	4,82	4,31	3,99	3,76	3,59	3,45	3,35	3,26	3,18	3,12	3,02	2,94	2,83	2,75	2,67	2,58	2,53	2,46	2,42	2,37	2,33	2,31
23	4,28	3,42	3,03	2,80	2,64	2,53	2,45	2,38	2,32	2,28	2,24	2,20	2,14	2,10	2,04	2,00	1,95	1,91	1,88	1,84	1,82	1,79	1,77	1,76
	7,88	5,66	4,76	4,26	3,94	3,71	3,54	3,41	3,30	3,21	3,14	3,07	2,97	2,89	2,78	2,70	2,62	2,53	2,48	2,41	2,37	2,32	2,28	2,26
24	4,26	3,40	3,01	2,78	2,62	2,51	2,43	2,36	2,30	2,26	2,22	2,18	2,13	2,09	2,02	1,98	1,94	1,89	1,86	1,82	1,80	1,76	1,74	1,73
	7,82	5,61	4,72	4,22	3,90	3,67	3,50	3,36	3,25	3,17	3,09	3,03	2,93	2,85	2,74	2,66	2,58	2,49	2,44	2,36	2,33	2,27	2,23	2,21
25	4,24	3,38	2,99	2,76	2,60	2,49	2,41	2,34	2,28	2,24	2,20	2,16	2,11	2,06	2,00	1,96	1,92	1,87	1,84	1,80	1,77	1,74	1,72	1,71
	7,77	5,57	4,68	4,18	3,86	3,63	3,46	3,32	3,21	3,13	3,05	2,99	2,89	2,81	2,70	2,62	2,54	2,45	2,40	2,32	2,29	2,23	2,19	2,17
26	4,22	3,37	2,98	2,74	2,59	2,47	2,39	2,32	2,27	2,22	2,18	2,15	2,10	2,05	1,99	1,95	1,90	1,85	1,82	1,78	1,76	1,72	1,70	1,69
	7,72	5,53	4,64	4,14	3,82	3,59	3,42	3,29	3,17	3,09	3,02	2,95	2,86	2,77	2,68	2,58	2,50	2,41	2,36	2,28	2,25	2,19	2,15	2,13

TABEL II
NILAI-NILAI DALAM DISTRIBUSI t

α untuk uji dua pihak (two tail test)						
	0,50	0,20	0,10	0,05	0,02	0,01
α untuk uji satu pihak (one tail test)						
dk	0,25	0,10	0,05	0,025	0,01	0,005
1	1,000	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657
2	0,816	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925
3	0,765	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841
4	0,741	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604
5	0,727	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032
6	0,718	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707
7	0,711	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499
8	0,706	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355
9	0,703	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250
10	0,700	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169
11	0,697	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106
12	0,695	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055
13	0,692	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012
14	0,691	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977
15	0,690	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947
16	0,689	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921
17	0,688	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898
18	0,688	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878
19	0,687	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861
20	0,687	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845
21	0,686	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831
22	0,686	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819
23	0,685	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807
24	0,685	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797
25	0,684	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787
26	0,684	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779
27	0,684	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771
28	0,683	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763
29	0,683	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756
30	0,683	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750
40	0,681	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704
60	0,679	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660
120	0,677	1,289	1,658	1,980	2,358	2,617
∞	0,674	1,282	1,645	1,960	2,326	2,576

LAMPIRAN : 4

DAFTAR GAMBAR



Gambar: 1



Gambar: 2

Melakukan Awalan



Gambar: 1



Gambar : 2
Melakukan Tumpuan



Gambar: 1



Gambar: 2
Pada Saat Melayang Di Udara



Gambar: 1



Gambar: 2
Pada Saat Mendarat



Gambar: 1



Gambar: 2

Melakukan Pengukuran



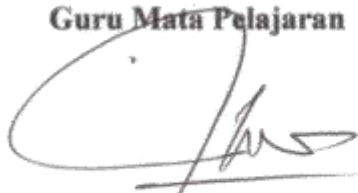
Gambar: Foto Bersama

LAMPIRAN : 5

**DAFTAR HADIR PENELITIAN
SISWA KELAS VIII PUTRA
SMP NEGERI 1 TELAGA**

N O	NAMA SISWA	L	TANGGAL PERTEMUAN																	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
			13/04	17/04	19/04	21/04	24/04	26/04	28/04	01/05	03/05	05/05	08/05	10/05	12/05	15/05	17/05	19/05	22/05	24/05
1	Andria Abas Alwi		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
2	Ibrahim Yunus		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
3	Ibrahim Manyo		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
4	Rizal Salim		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
5	Aryansyah Thalib		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
6	Ismail Abas		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
7	Ferianto Ishak		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
8	Febriane Mulane		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
9	Ismail Ahmad		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
10	Jamal L Gani		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
11	Jamaludin Alim		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
12	Rudin Koyo		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
13	Yusran Nusi		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
14	Zainudin Malahik		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
15	Muhamad Yusril		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
16	Abdulrajab Imam		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
17	Ikbal Hasan		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
18	Riman Madjabi		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
19	Raf'an Umar		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
20	Rahmat Dambe		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	

Guru Mata Pelajaran



Junus H. Adam, S.Pd
Nip: 19660421 198802 1 002

Gorontalo, April 2017

Peneliti



Ahmad Rofik
Nim:831 413 107

Mengetahui,
Kepala Sekolah SMP N 1 Telaga



Oca Polontalo, SP.d
Nip: 19601121 198112 2 005

LAMPIRAN : 6



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN
Jalan: Jln. John Aryo Katili, Kota Gorontalo Telp/Fax: (0435) 821698

SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
Nomor : 164/UN47.B7/DT/2017

TENTANG

PENETAPAN MAHASISWA PROGRAM S1 PENDIDIKAN KEOLAHRAGAAN
PADA JALUR SKRIPSI DAN PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING
SEMESTER GENAP T.A. 2016-2017
FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN (FOK)
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

DEKAN FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO


- Menimbang** :
- Bahwa dalam penyusunan Skripsi Mahasiswa Program S1 Pendidikan Keolahragaan, perlu mendapatkan bimbingan dan arahan Dosen Pembimbing;
 - Bahwa untuk Pembimbingan Skripsi Mahasiswa perlu di tetapkan Dosen Pembimbing Skripsi;
 - Bahwa nama-nama yang tercantum pada lampiran surat keputusan ini dianggap mampu dan memenuhi syarat sebagai Dosen Pembimbing Skripsi pada Prodi Penjasokesrek;
- Mengingat** :
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
 - Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen;
 - Undang-Undang RI Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
 - Peraturan Pemerintah Nomor 37 tahun 2009 tentang tentang Dosen;
 - Peraturan Pemerintah Nomor 4 tahun 2014 tentang tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Pendidikan Tinggi;
 - Peraturan Presiden Republik Indonesia, Nomor 13 tahun 2015 tentang Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi;
 - Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2005 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Gorontalo;

8. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2006 tentang STATUTA Universitas Negeri Gorontalo.
9. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional RI Nomor 6 tahun 2010 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 28 Tahun 2005 tentang Badan Akreditasi Perguruan Tinggi.
10. Peraturan Menteri Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi nomor 11 tahun 2015 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Gorontalo;
11. Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Gorontalo Nomor 327/H.47.A2/DT/2009 Tentang Pemberian Kuasa Kepada Dekan dan Direktur Program Pasca Sarjana untuk atas nama Rektor untuk menandatangani Surat Keputusan yang berkaitan dengan kegiatan akademik di lingkungan Fakultas dan Program Pasca Sarjana.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan**
- Pertama : Mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo pada jalur Skripsi dan menunjuk Dosen Pembimbing Skripsi selama satu semester sebagaimana tercantum dalam surat keputusan ini.
- Kedua : Tugas Pembimbing
 1. Mengarahkan Mahasiswa dalam menyusun Skripsi
 2. Memeriksa dan memberikan arahan kepada Mahasiswa dalam kegiatan penelitian sehubungan dengan penyusunan Skripsi.
- Ketiga : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk pelaksanaannya, dengan catatan bilamana ada kekeliruan dalam penetapan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Gorontalo
 Pada tanggal : 09 Februari 2017

Dekan,


Dr. Lintje Boekoese, M.Kes
 NIP. 495901101986032003

Tembusan Yth :

1. Yth Para Wakil Dekan FOK UNG.
2. Yth Ketua Jurusan S1 Pendidikan Keolahragaan FOK UNG.
3. Yth Bendaharawan Pengeluaran Universitas Negeri Gorontalo.
4. Yang Bersangkutan untuk diketahui dan dilaksanakan.
5. Arsip.


Lampiran : Surat Keputusan Dekan Fakultas Olah Raga dan Kesehatan Universitas Negeri
 Gorontalo
 Nomor : 164 /UN47.B7/DT/2017
 Tanggal : 09 Februari 2017
 Tentang : Penetapan Mahasiswa Program S1 Pendidikan Keolahragaan pada Jalur Skripsi dan
 Penunjukan Dosen Pembimbing Fakultas Olah Raga dan Kesehatan (FOK) Universitas
 Negeri Gorontalo.

NO	NAMA	JUDUL SKRIPSI	PEMBIMBING
1	Sofya Botutihe 831413013	Pengaruh latihan shuttle run terhadap kecepatan lari sprint 100 meter pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila	1. Dr. Hj. Aisyah R. Pomatahu, M.Kes 2. Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd
2	Sintia M. Huga 8/31413033	Pengaruh latihan jump to box terhadap keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Tapa	1. Dr. Hj. Aisyah R. Pomatahu, M.Kes 2. Ucok Hasian Refiater, S.Pd, M.Pd
3	Yakup Igirisa 831413242	Pengaruh model pembelajaran drill terhadap hasil belajar tolak peluru gaya o'brien pada siswa kelas X Perikanan SMK Negeri 1 Limboto	1. Ucok Hasian Refiater, S.Pd, M.Pd 2. Zulkifli Lamusu, S.Pd, M.Pd
4	Ikkal Anggaripto Sumarjis 831413222	Survei pelaku sepatu roda di Kota Gorontalo tahun 2016	1. Drs. Sarjan Mile, MS 2. Mirdayani Pauweni, s.Pd, M.Pd
5	Virdawati Kamumu 831413231	Pengaruh model pembelajaran direct instruction terhadap hasil belajar servis bawah permainan bola voli siswa kelas X SMA Negeri 2 Tilamuta	1. Ruslan, S.Pd, M.Pd 2. Edy Dharma Putra Duhe, S.Pd, M.Pd

6	Sri Yulandari Lamusu 831413003	Pengaruh latihan daya ledak otot lengan terhadap kemampuan shooting pada permainan bola basket siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila	1. Dr. Hj. Aisyah R. Pomatahu, M.Kes 2. Mirdayani Pauweni, S.Pd, M.Pd
7	Ruslan Djakaria 831413215	Pengaruh latihan manipulasi gerak menggunk kaki bagiann dalam terhadap ketepatan menendang bola ke arah gawang pada permainan sepak bola SMA Negeri 1 Bonepantai	1. Drs. Sarjan Mile, MS 2. Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd
8	Yuspan Rasid 831413229	Pengaruhn model pembelajaran explicit instruction terhadap keterampilan shooting dalam permajjnjan bola basket siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Gorontalo	1. Ds. Ruskin, M.Pd 2. Ruslan, S.Pd, M.Pd
9	Rahman Mopangga 8/31413101	Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe NHT (Numbered Head Together) terhadap hasil belajar tolak peluru dengan gaya menyamping siswa kelas VII SMP negeri 1 Bulango Timur	1. Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd 2. Syarif Hidayat, S.Pd, M.Pd
10	Ahmad Rofik 831413107	Pengaruh latihan kecepatan terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII putra SMP Negeri 1 Telaga	1. Ruslan, S.Pd, M.Pd 2. Ucok Hasian Refiater, S.Pd, M.Pd
11	Zulkifli Bau 831410198	Meningkatkan keterampilan passing atas melalui metode kooopertif tipe student teams achievement division (STAD) pada permainan bola voli siswa kelas Madrasah Aliyah Negeri Batudaa	1. Drs. Ruskin, M.Pd 2. Mirdayani Pauweni, S.Pd, M.Pd

12	Octaviany Sumaga 831413111	Pengaruh latihan box jump terhadap ketepatan melakukan jump service pada team bola voli putra SMA Negeri 1 Kota Gorontalo	1. Drs. Sarjan Mile, MS 2. Ruslan. S.Pd, M.Pd
13	Isti Hiola 831413042	Pengaruh metode drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapa	1. Drs. Sarjan Mile, MS 2. Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd
14	La Idil 831413102	Pengaruh model pembelajaran explicit instruction terhadap hasil belajar service bawah dalam olahraga bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga	1. Prof. Dr. H. Hariadi Said, M.S 2. Syarif Hidayat, M.Or
15	Lismanto Tuluki 831413031	Pengaruh latihan dumbel terhadap kemampuan tolak peluru gaya o'brien siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kabila	1. Dr. Hj. Aisah R. Pomatahu, M.Kes 2. Syarif Hidayat, M.Or
16	Rifaldin Husain 8314132016	Pengaruh model pembelajaran drill terhadap hasil belajar senam lantai rool belakang siswa kelas VII Negeri SMP 1 Suwawa	1. Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd 2. Ruslan, S.Pd, M.Pd
17	Fadli Turani 831413037	Pengaruh pembelajaran berbasis problem solving terhadap kemampuan service forehand top spin pada permainan tenis meja siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapa	1. Dr. Hj. Aisah R. Pomatahu, M.Kes 2. Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd
18	Rifka Auliyah 831413150	Pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Kabila	1. Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd 2. Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd

19	Mohamad Latif 831413072	Pengaruh model pembelajaran tipe STAD terhadap kemampuan passing atas permainan bola voli pada siswa kelas VII SMP N 3 Limboto Barat	1. Drs. Nurhayati Liputo, M.Pd 2. Edy Dharma Putra Duhe, S.Pd, M.Pd
20	Riyanto Gobel 831413064	Hubungan kelincahan dengan kemampuan mengiring bola pada permainan sepak bola siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Limboto Barat	1. Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd 2. Ruslan, S.Pd, M.Pd

Dekan 

Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 19860303 2 003



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN
Jl. Prof. DR. Jhon Ario Katili No.4 Telp.(0435)821698,Gorontalo
Laman : www.fikk.ung.ac.id

SURAT MENELITI
NO. 213/UN47.B7.3/KM/2017

Diberikan kepada :

Nama : Ahmad Rofik
NIM : 831413107
Fakultas/Jurusan : FOK/Pendidikan Keolahragaan

Untuk melaksanakan penelitian sehubungan dengan penulisan penyusunan Skripsi yang berjudul :
Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada
Siswa Kelas VIII Putra SMP Negeri 1 Telaga.

Surat tugas ini diberikan kepada mahasiswa untuk memperoleh rekomendasi dari Dinas/Jawatan
yang bersangkutan.

Demikian atas kerjasama yang baik disampaikan terima kasih.

Gorontalo, 20 Februari 2017
Dekan

Dr. Lintje Boekoesoe.,M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

Tembusan :

1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kab. Gorontalo
2. Kepala SMP Negeri 1 Telaga
3. Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan
4. Arsip



PEMERINTAH KABUPATEN GORONTALO
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

Jalan Samaun Pulubuhu Limboto Telp. 881328 Fax. 880129
Website : www.dikbudkabupatengorontalo.net e-Mail : diknaslimboto@yahoo.co.id

REKOMENDASI

Nomor : 420/Dikbud-Kab.Gtlo/542

Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Gorontalo berdasarkan Surat Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo Nomor : 213a/UN47.B7.3/KM/2017, Tanggal 20 Februari 2017 dengan ini memberikan Rekomendasi kepada :

N a m a : AHMAD ROFIK
N I M : 831413107
Fakultas/Jurusan : Pendidikan Keolahragaan

Untuk mengadakan penelitian di SMP Negeri 1 Telaga

Sehubungan dengan penelitian, penulisan / penyusunan Skripsi yang berjudul :

"Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VIII Putra SMP Negeri 1 Telaga "

Demikian Rekomendasi ini diberikan untuk dipergunakan seperlunya, dengan catatan setelah mengadakan penelitian melaporkan hasilnya kepada kami.

Dikeluarkan di : Limboto
Pada tanggal : 28 Februari 2017



Drs. TITANTO PAUWENI, M.Pd
PEMBINA UTAMA MUDA
NIP. 19650110 199203 1 012

Tembusan Yth. :

1. Rektor Universitas Negeri Gorontalo Di Gorontalo
2. Dekan Fakultas Olah Raga Dan Kesehatan
3. Kepala Cabang Dinas Dikbud Kec.Telaga
4. Kepala SMPN 1 Telaga



**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
SMP NEGERI 1 TELAGA**
Jln Teknik Telaga Desa Bulila Telp. (0354)838055
Website : <http://www.smpn1telaga.org>

SURAT KETERANGAN
No : 420/SMPN1/TLG/150/LL/V/2017

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **AHMAD ROFIK**
NIM : 831 413 107
Fakultas/ Jurusan : FOK/ Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Bahwa yang bersangkutan benar-benar telah melaksanakan Penelitian dengan Judul **"Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VIII Putra SMP Negeri 1 Telaga"**. yang dilaksanakan mulai tanggal 13 April – 26 Mei 2017 di SMP Negeri 1 Telaga.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan, untuk dipergunakan seperlunya.

Telaga, 26 Mei 2017
Kepala SMP Negeri 1 Telaga

YUSUF P. GORONTALO, S.Pd
NIP. 19601121 198112 2 005

CURRICULUM VITAE



IDENTITAS :

Ahmad Rofik, lahir di Dakaino, 13 Agustus 1995 beragama islam dengan jenis kelamin laki-laki. Anak pertama dari “ Ibu Ramiyati dan Bapak Edi Kusworo” Menjadi mahasiswa Strata 1 (S-1) di Universitas Negeri Gorontalo dengan Nomor Identitas 831 413 107 Pada Fakultas Olahraga dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Keolahragaan Prodi (S1) Penjaskesrek Angkatan 2013/2014.

a. Riwayat Pendidikan

1. SDN INPRES UNIT III B JL. KH. Ahmad Dahlan Desa Dakaino, Kec. Wasile Timur Kab. Halmahera Timur lulus Tahun 2006/2007.
2. SMP MUHAMMADIYAH SUBAIM JL. KH. Ahmad Dahlan Desa Dakaino, Kec. Wasile Timur Kab. Halmahera Timur lulus Tahun 2009/2010.
3. SMA MUHAMMADIYAH SUBAIM JL. KH. Ahmad Dahlan Desa Dakaino, Kec. Wasile Timur Kab. Halmahera Timur lulus Tahun 2012/2013.

b. Pendidikan Non Formal

1. Peserta dalam Kegiatan MOMB angkatan 2013.
2. Panitia Pelaksana Kegiatan Gorontalo 10K Tahun 2015.
3. Peserta Kegiatan Program Pengalaman Lapangan (PPL) Tahun 2016.
4. Peserta Kuliah Kerja Sibermas (KKS) Pengabdian Desa Zuriyati Kec. Monano Kabupaten Gorontalo Utara Tahun 2017.
5. Ketua Koordinator Desa Kuliah Kerja Sibermas (KKS) Pengabdian Desa Zuriyati Kec. Monano Kabupaten Gorontalo Utara Tahun 2017.