


LAMPIRAN

Lampiran I	Surat Rekomendasi Penelitian
Lampiran II	Surat Pernyataan Lahan Penelitian
Lampiran III	Surat Persetujuan Kesiediaan Menjadi Sampel Penelitian (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran IV	Kuisisioner Penelitian
Lampiran V	Data Hasil Penelitian
Lampiran VI	Hasil Uji Statistik
Lampiran VII	Dokumentasi Penelitian
Lampiran VIII	Surat Pernyataan
Lampiran IX	Riwayat Hidup Penulis

Lampiran I

Surat Rekomendasi Penelitian

 Universitas
Esa Unggul
Fakultas Fisioterapi

Nomor : 002/UEU/Fisioterapi/EKS/VII/2021
Perihal : Rekomendasi Penelitian Skripsi Jakarta, 1 Juli 2021

Kepada Yth.,
Sekretaris Umum PCI DKI Jakarta
di-
Tempat

Dengan hormat,
Dalam rangka penyusunan tugas akhir Program Studi Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi Esa Unggul, maka setiap mahasiswa diwajibkan melakukan penelitian.

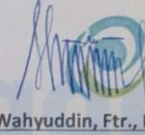
Untuk itu kami mohon bantuan Bapak/Ibu dapat memberikan izin bagi mahasiswa dibawah ini melakukan penelitian pada tempat yang Bapak/Ibu pimpin.

Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian adalah:

No	NIM	Nama	Judul
1	20170606003	Eby Mahbubi	Hubungan Fleksibilitas Hamstring Dengan Kecepatan Berlari Pada Atlet Cricket DKI Jakarta

Demikian atas perhatian Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

FAKULTAS FISIOTERAPI
Universitas Esa Unggul


Wahyuddin, Ftr., M.Sc., Ph.D
Dekan

Jl. Arjuna Utara 9, Tol Tomang, Kebon Jeruk, Jakarta 11510, Indonesia
(021) 567 4223 ext. 218 (021) 567 4248

www.esaunggul.ac.id

Lampiran II

Surat Pernyataan Lahan Penelitian



PENGURUS PERSATUAN CRICKET INDONESIA PROVINSI DKI JAKARTA

Sekretariat: Jl. Pemuda No. 10, Rawamangun, Jakarta Timur, 13220
Telp. 081908951327, Email: cricket_pengprovdkj@yahoo.com



Nomor : 042/PCI-DKI/VII/2021
Hal : Balasan Surat Penelitian

14 Juli 2021

Yth. Dekan Fakultas Fisioterapi
Universitas Esa Unggul
di Tempat

Dengan hormat,
Menjawab surat Bapak yang bernomor : 002/UEU/Fisioterapi/EKS/VII/2021 tanggal 1 Juli 2021, tentang rekomendasi penelitian skripsi atas nama mahasiswa :

Nama : Eby Mahbubi
NRM : 20170606003
Program Studi : Fisioterapi
Fakultas : Fisioterapi

Dengan ini kami bersedia memberikan ijin penelitian atas nama tersebut diatas untuk melakukan penelitian skripsi yang berjudul "*Hubungan Fleksibilitas Hamstring Dengan Kecepatan Berlari Pada Atlet Cricket DKI Jakarta*".

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Sekretaris Umum
PCI DKI Jakarta



Widyarso, S,Ikom

Tembusan :

1. Ketua Umum PCI DKI Jakarta

Lampiran III

Surat Persetujuan Kesiediaan Menjadi Sampel Penelitian (*Inform Consent*)



Universitas
Esa Unggul

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Nama : ALIE MURTAHO
Tempat, tgl lahir : Tangerang 5 Maret 1994
Jenis Kelamin : Laki-laki
No Telp : 0857 7782 7691
Alamat : Jl Pd. BUNG

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian. Saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian dengan judul:

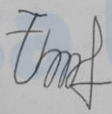
“HUBUNGAN FLEKSIBILITAS HAMSTRING DENGAN KECEPATAN BERLARI PADA ATLET CRICKET DKI JAKARTA”

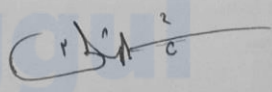
Demikian pernyataan ini saya setuju dengan penuh kesadaran dan sukarela untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 7 Juli 2021

Peneliti

Sampel Penelitian


(.....)


(ALIE MURTAHO.....)

Lampiran IV

Kuisisioner Penelitian

Nama : RePen Desuika
Usia : 27
Jenis Kelamin : laki-laki

Berilah tanda silang pada jawaban yang anda inginkan:

1. Apakah anda aktif bermain *cricket* ?
 a. Ya
 b. Tidak
2. Sudah berapa lama anda bermain *cricket* ?
 a. < 6 bulan
 b. 6 bulan – 1 tahun
 c. 1 - 2 tahun
 d. > 2 tahun
3. Berapa kali intensitas anda bermain setiap minggunya ?
 a. 1x seminggu
 b. 3x seminggu
 c. 5x seminggu
4. Berapa durasi anda latihan ?
 a. < 30 menit
 b. 30 – 60 menit
 c. > 60 menit
5. Berapa lama durasi anda bermain *cricket* ?
 a. < 30 menit
 b. 30 – 60 menit
 c. 1 jam – 2 jam
 d. > 2 jam
6. Apakah anda dalam 1 bulan terakhir pernah mengalami patah tulang lengan atas atau bawah ?
 a. Ya
 b. Tidak
7. Apakah dengan kondisi saat ini anda dapat melakukan olahraga dengan baik ?
 a. Ya
 b. Tidak

Lampiran V

Data Hasil Penelitian

Nama	Usia	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	IMT (kg/m ²)	Fleksibilitas <i>Hamstring</i>	Kecepatan Berlari
MR	29	172	58,0	19,61	17,0	3,00
RTR	28	169	72,8	25,49	18,3	3,05
M	28	160	73,7	28,79	25,7	3,36
EIR	24	171	64,1	21,92	37,3	3,07
JA	29	167	66,5	23,84	26,3	3,15
A	28	169	78,0	27,31	32,0	3,31
MA	25	163	58,9	22,17	30,0	3,45
ASS	28	175	82,4	26,91	28,7	3,10
RLS	22	167	54,0	19,36	29,7	3,33
RDN	23	168	59,3	21,01	31,7	2,92
RD	27	169	66,6	23,32	24,0	3,13
AS	27	169	69,0	24,16	34,3	3,10
MDA	23	171	62,0	21,20	30,0	3,24
MAT	26	169	72,4	25,35	22,3	3,20
D	26	182	84,0	25,36	27,3	2,97
AG	27	165	57,0	20,94	23,3	2,99
DFR	21	166	62,0	22,50	33,3	2,95
ADM	25	169	65,7	23,00	28,3	3,40
AR	24	167	63,8	22,88	32,7	3,12
FS	24	172	69,9	23,63	29,7	3,37
AB	26	173	76,3	25,49	35,7	2,87
AS	22	165	64,3	23,62	29,7	3,38
FF	22	169	66,0	23,11	36,3	3,08
IG	23	171	67,0	22,91	36,0	3,20
DA	23	167	72,6	26,03	30,7	3,33
HE	24	167	63,0	22,59	33,0	3,17
AJ	27	166	59,7	21,66	37,3	3,03
R	23	170	71,6	24,78	35,7	3,16
MRS	23	166	64,8	23,52	28,3	3,37
MY	22	163	59,7	22,47	29,7	3,38
AM	26	168	64,8	22,96	32,3	3,18
AH	24	172	73,3	24,78	35,7	2,87

Lampiran VI

Hasil Uji Statistik

1. Hasil Pengolahan Data Statistik Deskriptif

Statistics

	Tinggi Badan	Berat Badan	Indeks Masa Tubuh	Usia	Fleksibilitas Hamstring	Kecepatan Berlari
N Valid	32	32	32	32	32	32
N Missing	0	0	0	0	0	0
Mean	168.6563	66.9750	23.5209	24.9688	30.0406	3.1634
Std. Deviation	3.98067	7.25601	2.13641	2.33465	5.18185	.16757
Minimum	160.00	54.00	19.36	21.00	17.00	2.87
Maximum	182.00	84.00	28.79	29.00	37.30	3.45

2. Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sit and Reach Test	.118	32	.200*	.944	32	.096
20 Meter Sprint Test	.122	32	.200*	.955	32	.204

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

a. Lilliefors Significance Correction

3. Hasil Uji Hipotesis

Correlations

	Fleksibilitas Hamstring	Kecepatan Berlari
Fleksibilitas Hamstring	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	.470
	N	32
Kecepatan Berlari	Pearson Correlation	-.132
	Sig. (2-tailed)	.470
	N	32

Lampiran VII

Dokumentasi Penelitian

1. Karakteristik Sampel



2. Pengukuran Fleksibilitas *Hamstring* dan Kecepatan Berlari



Lampiran VIII



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eby Mahbubi

NIM : 20170606003

Program Studi : S-1 Fisioterapi Universitas Esa Unggul

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan sripsi yang berjudul:

“Hubungan Fleksibilitas *Hamstring* Dengan Kecepatan Berlari Pada Pemain *Cricket* DKI Jakarta”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Mengetahui, Dekan Fakultas Fisioterapi
Universitas Esa Unggul

Jakarta, Agustus 2021
Penulis

(Wahyuddin, Ftr., M. Sc., Ph.D)

Eby Mahbubi

Lampiran IX

Riwayat Hidup Penulis



Data Pribadi

Nama : Eby Mahbubi
Tempat, tanggal lahir : Tangerang, 23 Agustus 1999
Agama : Islam
Status Keluarga : Anak ke-3 dari 3 bersaudara
Alamat : Jl. Pondok Betung Raya Nomor 49 Rt 002/04 Kel. Pondok Karya, Kec. Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan
Nomor telepon/Hp : 081617662598
E-mail : ebymhbbi@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. 2005 – 2011 : MI Al Hidayah Tangerang Selatan
2. 2011 – 2014 : MTS Negeri 13 Jakarta
3. 2014 – 2017 : MA Negeri 19 Jakarta
4. 2017 – sekarang : S1 Fisioterapi Universitas Esa Unggul

Demikian biodata ini saya buat dengan sesungguhnya.

Jakarta, 23 Agustus 2021

Hormat saya,

Eby Mahbubi