

LAMPIRAN

Uji normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
sebelum_intervensi1	.170	10	.200*	.968	10	.870
sebelum_intervensi2	.159	10	.200*	.934	10	.487
setelah_intervensi1	.203	10	.200*	.937	10	.516
setelah_intervensi2	.101	10	.200*	.987	10	.992
selisih_intervensi1	.125	10	.200*	.966	10	.850
selisih_intervensi2	.249	10	.079	.918	10	.338

a. Lilliefors Significance Correction

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

Uji homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

sebelum intervensi kelompok 1 dan 2

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.273	1	18	.607

Uji Hipotesis I

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 sebelum intervensi kelompok 1	11.4210	10	1.55432	.49152
setelah intervensi kelompok 1	8.8550	10	1.58810	.50220

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	sebelum intervensi kelompok 1 & setelah intervensi kelompok 1	10	.929	.000

Uji hipotesis II**Paired Samples Test**

		t	Df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	sebelum intervensi kelompok 2 - setelah intervensi kelompok 2	12.119	9	.000

Uji Hipotesis III**Independent Samples Test**

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
F	Sig.	t	df
.318	.580	1.742	18
		1.742	17.922

Form penelitian

Kelompok I : **VARIASI LATIHAN SIT UP, PUSH UP BACK UP**
Periode : 15 juni – 15 agustus

Bulan I

NO	Nama	Minggu I			Minggu II			Minggu III			Minggu IV		
1	Alit												
2	Ivan												
3	Ivan M												
4	Billy												
5	Lukas												
6	Vito												
7	Erwin												
8	Angga												
9	Andrian												
10	Wiwit												

Keterangan :

Kelompok I : **VARIASI LATIHAN SIT UP , PUSH UP BACK UP**
Periode : 15 juni – 15 agustus

Bulan II

NO	Nama	Minggu V			Minggu VI			Minggu VII			Minggu VIII		
1	Alit												
2	Ivan												
3	Ivan M												
4	Billy												
5	Lukas												
6	Vito												
7	Erwin												
8	Angga												
9	Andrian												
10	Wiwit												

Keterangan :

Kelompok II : **CORE STABILITY**
Periode : 15 juni – 15 agustus

Bulan I

NO	Nama	Minggu I			Minggu II			Minggu III			Minggu IV		
1	Johsua												
2	Ridwan												
3	Hendry												
4	Juliant												
5	Ian												
6	Charol												
7	Gede												
8	Patrick												
9	Petra												
10	Aji												

Keterangan :

Kelompok II : **CORE STABILITY**
Periode : 15 juni – 15 Agustus 2013

Bulan II

NO	Nama	Minggu V			Minggu VI			Minggu VII			Minggu VIII		
1	Johsua												
2	Ridwan												
3	Hendry												
4	Juliant												
5	Ian												
6	Charol												
7	Gede												
8	Patrick												
9	Petra												
10	Aji												

Keterangan :

SURAT PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Umur :
 Alamat :
 No. Tlp :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dari tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini. Oleh karena itu saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dalam mengikuti setiap proses penelitian sebanyak 24 kali selama 2 bulan. Sesuai penjelasan yang diberikan oleh peneliti, penelitian ini berjudul :

**“PERBEDAAN VARIASI LATIHAN *SIT UP* , *PUSH UP BACK UP*
 DENGAN *CORE STABILITY EXERCISE* DALAM MENINGKATKAN
 AGILITY REMAJA”**

Demikian pernyataan ini saya setujui untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 2013

Yang membuat pernyataan

Sampel Penelitian

Peneliti

(.....)

(.....)

LEMBAR PERTANYAAN

1. Apakah anda mengikuti pelatihan peningkatan agility diluar penelitian ini?
.....
2. Apakah anda memiliki riwayat penyakit jantung?
.....
3. Apakah anda memiliki riwayat penyakit/cidera pada daerah pinggang dan tungkai bawah yang belum sembuh?
4. Apakah anda melakukan *Fitness* di luar penelitian ini?
.....

Berdasarkan pertanyaan diatas anda TERMASUK/TIDAK TERMASUK dalam criteria pemilihan sample penelitian “**PERBEDAAN VARIASI LATIHAN SIT UP , PUSH UP BACK UP DENGAN CORE STABILITY EXERCISE DALAM MENINGKATKAN AGILITY REMAJA**”.

Jakarta, 2013

Yang membuat pernyataan

Sampel Penelitian

Peneliti

(.....)

(.....)