

## LAMPIRAN

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

## Lampiran I

### Surat Rekomendasi Penelitian



Nomor : 013/UEU/FISIOTERAPI/EKS/VI/2022  
Perihal : Rekomendasi Penelitian Skripsi

Jakarta, 23 Juni 2022

Kepada Yth.,  
**Bpk.Saifurrohim,S.Pd**  
Head coach  
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 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	2018-0606-046	Rila Putri Yanti	Hubungan Fleksibilitas Hamstring dengan Broad Jump Pada Pemain Futsal

FAKULTAS FISIOTERAPI  
Universitas Esa Unggul



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

## Lampiran II

### Surat Persetujuan Kesiediaan Menjadi Sampel Penelitian (Informed Consent)



#### SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Muhammad zakaria  
Alamat : Jl. Peta sultan, Rt 10/Rw 03  
Tempat, tgl lahir : Jakarta, 11 Mei 1994  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
No.Hp : 087883153141

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 yang berjudul :

**"HUBUNGAN FLEKSIBILITAS HAMSTRING DENGAN BROAD JUMP PADA PEMAIN FUTSAL"**

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

Jakarta, 17 Juli 2022

Peneliti

Sampel Penelitian

Rila Putri Yanti

Muhammad zakaria

### Lampiran III

#### Kuisisioner Penelitian

##### Kuisisioner Penelitian

Nama : Nur Akbar

Usia : 27

Jenis Kelamin : Laki-laki

Berikan tanda silang pada jawaban di bawah ini :

1. Apakah anda aktif bermain futsal ?
  - a. Tidak
  - Ya
2. Sudah berapa lama anda bermain futsal ?
  - a. < 6 bulan
  - b. 6 bulan – 1 tahun
  - c. 1 – 2 tahun
  - > 2 tahun
3. Berapa kali intensitas anda bermain setiap minggunya ?
  - a. 1x seminggu
  - b. 2x seminggu
  - 3x seminggu
  - d. 5x seminggu
4. Berapa durasi anda latihan ?
  - a. < 30 menit
  - 30 – 60 menit
  - c. > 60 menit
5. Berapa lama durasi anda bermain futsal ?
  - a. < 30 menit
  - 30 – 60 menit
  - c. 1 jam – 2 jam
  - d. > 2 jam
6. Apakah anda dalam 1 bulan terakhir pernah mnengalami patah tulang pada anggota gerak bawah ?
  - Tidak
  - b. Ya

#### Lampiran IV

#### Data Hasil Penelitian

<b>Nama</b>	<b>Usia</b>	<b>Tinggi Badan</b>	<b>Berat Badan</b>	<b>IMT</b>	<b>Fleksibilitas Hamstring</b>	<b>Broad Jump</b>
A	22	168	50	17,72	33	188
NA	23	163	51	19,20	49	243
M	23	180	87	26,85	40	188
MS	22	168	53	18,78	49	205
H	23	167	59	21,16	34	182
MZ	24	170	65	22,49	57	202
LF	21	160	54	21,09	43	239
MF	25	162	51	19,43	40	245
DP	27	163	48	18,07	42	231
MRA	28	165	50	18,37	45	253
ABS	25	161	55	21,22	54	263
F	27	172	55	18,59	40	240
MA	25	170	59	20,42	42	252
IR	24	168	68	24,09	46	224
PR	29	170	56	19,38	40	250
AP	28	174	62	20,48	36	209
MAN	26	166	49	17,78	48	231
MA	25	171	63	21,55	48	249
SH	24	156	51	20,96	33	199
ZAQ	27	160	48	18,75	22	188
MAM	26	158	53	21,23	41	243
MFQ	25	168	66	23,38	49	216
SH	24	171	58	19,48	35	203
MR	23	164	51	18,96	48	204
SS	28	168	59	20,90	42	231
AM	29	173	50	16,71	40	205
G	25	166	78	28,31	50	221
FFR	26	168	59	20,90	50	238
RA	29	160	50	19,53	50	250

FFA	20	167	48	17,21	48	245
DMA	22	180	60	18,52	50	250
ISA	25	170	68	23,53	55	247
RAR	27	168	70	24,80	49	256

## Lampiran V

### Hasil Uji Statistik

#### 1. Hasil Pengolahan Data Statistik Deskriptif

Statistics

		Usia	Tinggi Badan	Berat Badan	Indeks Massa Tubuh
N	Valid	33	33	33	33
	Missing	0	0	0	0
Mean		25.06	167.12	57.70	20.6114
Std. Deviation		2.384	5.533	9.126	2.67796
Minimum		20	156	48	16.71
Maximum		29	180	87	28.31

#### 2. Uji Variabel Penelitian

Statistics

		Sit and Reach	Broad Jump
N	Valid	33	33
	Missing	0	0
Mean		43.88	226.97
Std. Deviation		7.449	23.790
Minimum		22	182
Maximum		57	263



3. Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		33
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	20.10419570
Most Extreme Differences	Absolute	.125
	Positive	.070
	Negative	-.125
Kolmogorov-Smirnov Z		.721
Asymp. Sig. (2-tailed)		.677

4. Uji Hipotesis

**Correlations**

		Sit and Reach	Broad Jump
Sit and Reach	Pearson Correlation	1	.535**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	33	33
Broad Jump	Pearson Correlation	.535**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	33	33

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



## Lampiran VI

### Dokumentasi Penelitian

#### 1. Karakteristik Sampel



#### 2. Pengukuran Fleksibilitas Hamstring dan Broad Jump



## Lampiran VII



### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rila Putri Yanti

NIM : 20180606046

Program Studi : S-1 Fisioterapi Universitas Esa Unggul

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

**“Hubungan Fleksibilitas *Hamstring* Dengan *Broad Jump* Pada Pemain Futsal”**

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

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, Agustus 2021

Mengetahui, Dekan Fakultas Fisioterapi  
Universitas Esa Unggul

Penulis

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

Rila Putri Yanti



Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa**

Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa**