

## LAMPIRAN

### Lampiran 1: Surat Izin Penelitian (*Informed Consent*)



Nomor : 07/JEU/FISIOTERAPI/EKS/II/2024  
Perihal : Rekomendasi Penelitian Skripsi

Jakarta, 12 Februari 2024

Kepada Yth.,  
Asher Siregar  
CEO Villa 2000 Football Club  
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	20220606067	Dheya 'Ulusna	Efek Penambahan <i>Hip Mobility Exercises</i> pada <i>Plyometric Training</i> terhadap Tinggi Lompatan pada Pemain Sepak Bola Remaja

FAKULTAS FISIOTERAPI  
Universitas Esa Unggul

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

Lampiran 2: Lembar Persetujuan Responden (*Informed Consent*)

  
Universitas  
**Esa Unggul**  
Powered by  
Arizona State University

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)**


Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

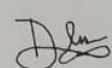
Nama : Dzaki Satro  
Umur : 14  
Alamat : Gunung Sude-

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti terkait dengan penelitian yang akan dilakukan terhadap saya. Oleh karena itu, saya bersedia dan setuju untuk menjadi sampel dalam penelitian ini. Sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dengan penelitian yang berjudul: "Efek Penambahan *Hip Mobility Exercises* pada *Plyometric Training* terhadap Tinggi Lompatan pada Pemain Sepak Bola Remaja".

Dengan pernyataan ini, saya setuju untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tangerang Selatan, 08 Januari 2024

Peneliti,  
  
(Dheya Uhusna)

Yang membuat surat pernyataan,  
  
( Dzaki )

## Lampiran 3: Data Hasil Penelitian

No.	Nama (Inisial)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Usia (Tahun)	IMT	<i>Sargent jump test (Pre)</i>	<i>Sargent jump test (Post)</i>	Selisih
1.	ANS	165	55	15	20.2	42	48	6
2.	DZ	172	63	14	21.3	56	74	18
3.	KEK	161	50	14	19.17	40	48	8
4.	FH	174	58	15	19.16	46	53	7
5.	MAK	161	55	14	21.22	42	50	8
6.	ARW	161	58	15	22.38	53	65	12
7.	MAH	165	52	14	19.1	50	55	5
8.	OP	165	55	14	20.2	58	61	3
9.	RAH	155	45	14	18.73	45	46	1
10.	RR	160	48	14	18.75	36	41	5
11.	AA	171	63	15	21.55	45	45	0
12.	AAAF	168	60	15	21.26	44	44	0
13.	MAA	171	68	15	23.26	45	45	0
14.	DH	155	45	15	18.73	50	51	1
15.	MDH	159	49	14	19.38	45	53	8
16.	DTJ	171	68	14	23.26	41	54	13
17.	GRR	175	75	14	24.49	46	53	7
18.	AJF	161	57	14	21.99	43	46	3
19.	JI	163	50	14	18.82	55	61	6
20.	MSF	159	50	14	19.78	35	64	29

Lampiran 4: Hasil Uji Statistik

Uji Deskriptif

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreTest1	10	36	58	46.80	7.239
PostTest1	10	41	74	54.10	9.960
Selisih1	10	1	18	7.30	4.809
PreTest2	10	35	55	44.90	5.238
PostTest2	10	44	64	51.60	6.899
Selisih2	10	0	29	6.70	8.945
Valid N (listwise)	10				

Uji Normalitas

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PreTest1	.146	10	.200*	.959	10	.773
PostTest1	.164	10	.200*	.939	10	.537
Selisih1	.242	10	.100	.911	10	.285
PreTest2	.217	10	.200*	.936	10	.508
PostTest2	.192	10	.200*	.897	10	.205
Selisih2	.242	10	.099	.766	10	.006

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

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Homogenitas

**Test of Homogeneity of Variances**

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest	Based on Mean	2.479	1	18	.133
	Based on Median	1.938	1	18	.181
	Based on Median and with adjusted df	1.938	1	17.958	.181
	Based on trimmed mean	2.462	1	18	.134

### Uji Hipotesis I

#### Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest2 - PostTest2	-6.700	8.945	2.829	-13.099	-.301	-2.369	9	.042

### Uji Hipotesis II

#### Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest1 - PostTest1	-7.300	4.809	1.521	-10.740	-3.860	-4.801	9	.001

### Uji Hipotesis III

#### Test Statistics<sup>a</sup>

#### Mann-Whitney Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Selisih	Kelompok 1	10	11.70	117.00
	Kelompok 2	10	9.30	93.00
	Total	20		

		Selisih
Mann-Whitney U		38.000
Wilcoxon W		93.000
Z		-.912
Asymp. Sig. (2-tailed)		.362
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]		.393 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Lampiran 5: Dokumentasi Penelitian





Universitas  
**Esa Unggul**

Univers  
**Esa**