

PEMERINTAH KOTAMADYA DAERAH TK.II PALEMBANG
KECAMATAN ILIR BARAT I KEL.DEMANG LEBAR DAUN
RUKUN TETANGGA (RT) 42 RW.11

SURAT KETERANGAN

Palembang, 06 Oktober 2014

Nomor : 62 /RT.42/X/2014
Lampiran :-
Perihal : Izin Penelitian Karya Tulis Ilmiah

Dengan hormat

Sehubungan dengan Permohonan Izin penelitian Karya Tulis Ilmiah (Skripsi), untuk ini kami menyatakan tidak keberatan atas maksud melakukan penelitian dari tanggal 06 oktober sampai dengan 01 November 2014 tersebut di wilayah RT 42/RW 11 Kecamatan Iliri barat I kelurahan Demang Lebar Daun Palembang yang dilakukan oleh :

Nama : Fitriyani
NIM : 201366199
Judul : Perbedaan Latihan Biceps Curl menggunakan Dumbell, dan Latihan Becips Curl menggunakan Elastic Resistance Band, Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Biceps Brachii

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Tidak menyimpang dari kerangka tujuan melakukan penelitian/survey.
2. Mematuhi semua peraturan yang berlaku sesuai dengan ketentuan.
3. Bila terjadi penyimpangan/pelanggaran terhadap ketentuan tersebut di atas, maka surat izin akan dicabut kembali.

Demikianlah izin penelitian diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ketua RT.42 RW.11 Palembang



SURAT PERNYATAAN
KYOSHO FITNESS CENTER

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **RUDIAWAN**
Alamat : Jln. Jendral ahmad yani 17 ulu Palembang
Jabatan : Ketua Kyosho Fitness Center

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : **FITRIYANI**
Tempat & Tanggal Lahir : 1 APRIL 1992
NIM : 201366199

Adalah benar-benar telah melaksanakan penelitian di Kyosho Fitness Center terhitung sejak 06 Oktober sampai 1 November 2014 dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul:
“Perbedaan latihan biceps curl menggunakan dumbell dengan latihan biceps curl menggunakan elastic resistance band terhadap peningkatan kekuatan otot biceps brachii.”

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ketua Kyosho Fitness Center



LAMPIRAN 1

mean dan sd

Report

perlakuan		sebelum	sesudah	selisih
perlakuan 1	Mean	9.600	12.300	2.900
	N	10	10	10
	Std. Deviation	2.9609	3.3846	1.0750
perlakuan 2	Mean	9.100	11.600	2.600
	N	10	10	10
	Std. Deviation	2.6750	2.9981	.8433
Total	Mean	9.350	11.950	2.750
	N	20	20	20
	Std. Deviation	2.7582	3.1326	.9528

Normalitas

Tests of Normality

	perlakuan	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
sebelum	perlakuan 1	.180	10	.200*	.933	10	.473
	perlakuan 2	.160	10	.200*	.904	10	.243
sesudah	perlakuan 1	.203	10	.200*	.855	10	.066
	perlakuan 2	.188	10	.200*	.909	10	.276
selisih	perlakuan 1	.245	10	.090	.930	10	.449
	perlakuan 2	.182	10	.200*	.937	10	.525

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

a. Lilliefors Significance Correction

Test of Homogeneity of Variances

sebelum Baru

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.265	1	18	.613

Hipotesis 1

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 sebelum - sesudah	-2.7000	1.2293	.3887	-3.5794	-1.8206	-6.946	9	.000

Hipotesis 2

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 sebelum - sesudah	-2.5000	.9129	.2887	-3.1530	-1.8470	-8.660	9	.000

Hipotesis 3

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
									Lower	Upper	
selisih	Equal variances assumed	.702	.413	.694	18	.496	.3000	.4320	-.6077	1.2077	
	Equal variances not assumed			.694	17.034	.497	.3000	.4320	-.6114	1.2114	