

Nomor : 08/UEU/Fisioterapi/EKS/III/2016
Perihal : Ijin Penelitian Skripsi

Jakarta, 28 Maret 2016

Kepada Yth.,
Drs. Ahmad Arif
Ka. SMA Muhammadiyah 4 Jakarta
di-
Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka penyusunan tugas akhir Program Studi Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi Esa Unggul, maka setiap mahasiswa diwajibkan melakukan penelitian dalam bentuk skripsi.

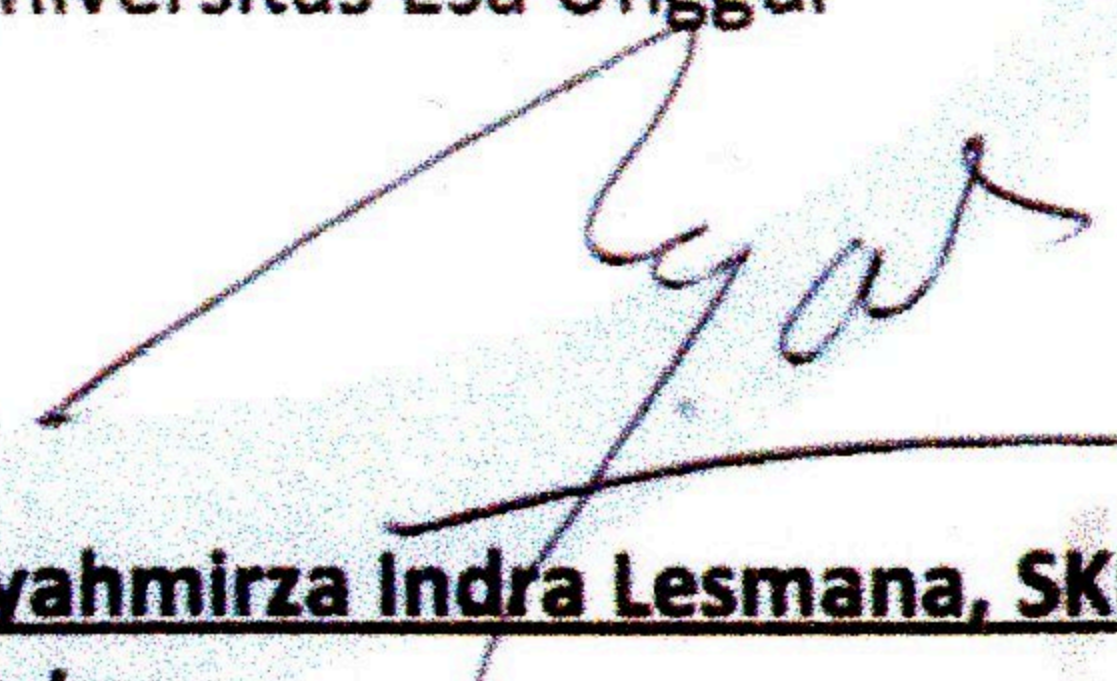
Untuk itu kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin bagi mahasiswa dibawah ini untuk diberikan ijin melakukan penelitian skripsi pada Tempat yang Bapak/Ibu Pimpin.

Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian adalah:

No	NIM	Nama	Judul
1	2014-66-166	Eka Oktafianti	Perbedaan Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Setelah Pemberian Latihan Polymetric Jump To Box di Banding Passive Stretching.

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

FAKULTAS FISIOTERAPI
Universitas Esa Unggul


Syahmirza Indra Lesmana, SKM., S.FT., M.OR
Dekan

SURAT PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Saya bertandatangan dibawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Alamat :

No Tlp/HP :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan penelitian tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini.oleh karena itu, saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sebanyak 18 kali selama 6 minggu. Sesuai penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian dengan judul :

“Perbedaan Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Setelah Pemberian Latihan Plyometric Jump To Box Dibanding Dengan Penambahan Passive Stretching”

Demikianlah pernyataan ini saya setujui untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, April 2016

Peneliti

Sampel Penelitian

(Eka Oktafianti)

(Ardhanar Prasojo)

Mengetahui

Kepala SMA Muhamaddiyah 4 Jakarta

(Drs. Ahmad Arif)

Kepada Yth :

Bpk. Kepala Sekolah

SMA Muhammadiyah 4 Jakarta Timur

Di Tempat

Hal : **Permohonan Izin Mengadakan Penelitian**

Assalamualaikum Wr.Wb.

Teriring salam dan do'a semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua dalam menjalankan aktivitas kita sehari-hari. Amien...

Sholawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Sehubungan dengan akan diadakannya Penelitian dalam rangka Penulisan Karya Tulis Ilmiah (Skripsi). Maka dengan ini saya memohon kepada bapak untuk dapat memberikan surat izin penelitian, adapun identitas mahasiswa yang bersangkutan sebagai berikut :

Nama : Eka Oktafianti

NIM : 201466166

Jurusan : Fisioterapi

Program Studi : S-1 Fisioterapi

Penelitian akan dilaksanakan :

Waktu : Februari s/d Maret 2016

Tempat Penelitian : Lapangan Basket SMA Muhammadiyah 4 Jakarta Timur

Judul Skripsi : **Perbedaan Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Setelah Pemberian Latihan Pliometrik Jump To Box Dibanding Dengan Penambahan Passive Stretching**

Demikian saya sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Jakarta, Maret 2016

Tertanda Mahasiswa,



Eka Oktafianti

Nama : Eka Oktafianti
 N.I.M : 2014.06.166
 Judul Skripsi : Perbedaan Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Setelah Pemberian Latihan Plyometric Jump To Box dibandingkan Dengan Penambahan Passive Stretching
 Pembimbing I : Bpk. Idrus Jus'at, Ph.D
 Pembimbing II : Bpk. Abdurasyid, SS, Ft, M, FIS

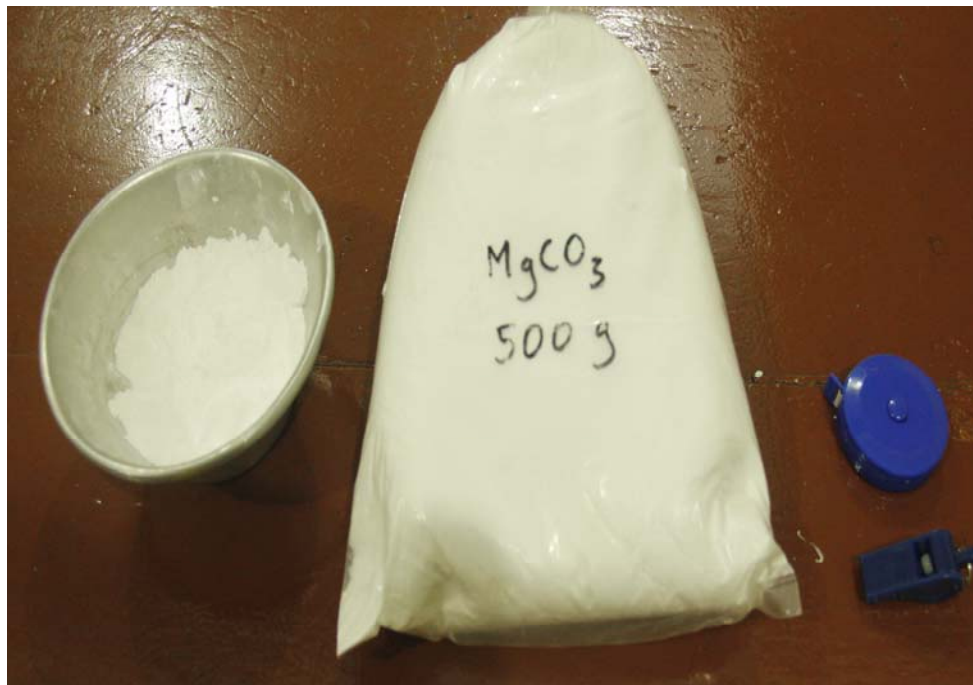
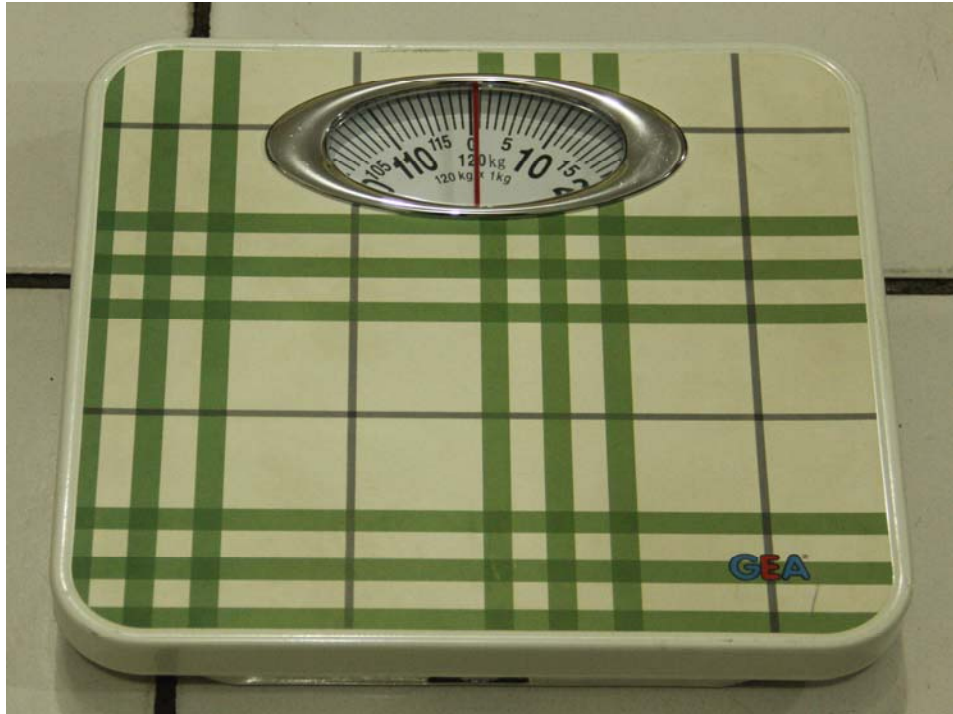
NO.	HARI / TGL	MATERI KONSULTASI	NAMA PEMBIMBING	PARAF
1.	10/10/2015	Bab I	Bpk. rasyid	
2.	24/10/2015	Bab I	Bpk. rasyid	
3.	13/11/2015	Bab I	Bpk. idrus	
4.	23/11/2015	Bab I	Bpk. idrus	
5.	26/11/2015	Bab II	Bpk. rasyid	
6.	09/12/2015	Bab II & Bab III	Bpk. idrus	
7.	10/12/2015	Bab II & Bab III	Bpk. idrus	
8.	10/12/2015	Bab II & Bab III	Bpk. rasyid	
9.	17/12/2015	Bab II & Bab III	Bpk. rasyid	
10.	20/01/2016	Bab II dan Bab III	Bpk. rasyid	
11.	11/03/2016	Revisi Bab I, II dan III	Ibu. Muthia M	
12.	18/03/2016	Revisi Bab II	Ibu. Muthia M	
13.	06/08/2016	Bab IV, V dan VI	Bpk. rasyid	
14.	03/08/2016	Konsultasi Bab IV, V dan VI	Bpk. rasyid	
15.	22/08/2016	Bab IV, V dan VI	Bpk. idrus	
16.	23/08/2016	Bab IV, V dan VI	Bpk. idrus	

Catatan :

1. Bimbingan skripsi minimal 8 (delapan) kali. Formulir dapat difotokopi sesuai kebutuhan
2. Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian sidang













Minggu	Hari Latihan	Pemanasan	Materi Latihan Pliometrik Jump To Box dan Passive Stretching						Keterangan
			Repetisi	Set	Durasi/Waktu (Detik)	Pendinginan	Istirahat Antar Set	Jenis Istirahat/Set dan Repetisi	
1	Sabtu	Peregangan	8	5	20	10 Menit	2 Menit	Pasif	Tinggi rintangan 12-24 cm
	Minggu	Pasif	8	5					
	Senin	15 detik	8	5					
2	Sabtu		9	5	20	10 Menit	2 Menit	Pasif	
	Minggu		9	5					
	Senin		9	5					
3	Sabtu		10	5	20	10 Menit	2 Menit	Pasif	
	Minggu		10	5					
	Senin		10	5					
4	Sabtu		12	6	20	10 Menit	2 Menit	Pasif	
	Minggu		12	6					
	Senin		12	6					
5	Sabtu		12	6	20	10 Menit	2 Menit	Pasif	
	Minggu		12	6					
	Senin		12	6					
6	Sabtu		12	6	20	10 Menit	2 Menit	Pasif	
	Minggu		12	6					
	Senin		12	6					

TABEL
ADA DI HALAMAN SELANJUTNYA...

Descriptives

		Statistic	Std. Error
Sebelum1	Mean	224.67	2.591
	95% Confidence Interval for		
	Mean	219.11	
		Lower Bound	
		Upper Bound	230.22
	5% Trimmed Mean	224.52	
	Median	222.00	
	Variance	100.667	
	Std. Deviation	10.033	
	Minimum	212	
	Maximum	240	
	Range	28	
	Interquartile Range	20	
	Skewness	.336	.580
Kurtosis	-1.436	1.121	
Sesudah1	Mean	262.60	4.052
	95% Confidence Interval for		
	Mean	253.91	
		Lower Bound	
		Upper Bound	271.29
	5% Trimmed Mean	263.44	
	Median	266.00	
	Variance	246.257	
	Std. Deviation	15.693	
	Minimum	227	
	Maximum	283	
	Range	56	
	Interquartile Range	19	
	Skewness	-1.089	.580
Kurtosis	.943	1.121	
Selisih1	Mean	37.93	2.928
	95% Confidence Interval for		
	Mean	31.65	
		Lower Bound	
		Upper Bound	44.21
	5% Trimmed Mean	38.31	
Median	37.00		
Variance	128.638		

	Std. Deviation		11.342	
	Minimum		14	
	Maximum		55	
	Range		41	
	Interquartile Range		12	
	Skewness		-.553	.580
	Kurtosis		.418	1.121
sebelum2	Mean		223.80	2.236
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	219.00	
	Mean	Upper Bound	228.60	
	5% Trimmed Mean		223.39	
	Median		225.00	
	Variance		75.029	
	Std. Deviation		8.662	
	Minimum		215	
	Maximum		240	
	Range		25	
	Interquartile Range		15	
	Skewness		.358	.580
	Kurtosis		-1.213	1.121
Sesudah2	Mean		274.73	2.953
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	268.40	
	Mean	Upper Bound	281.07	
	5% Trimmed Mean		274.93	
	Median		274.00	
	Variance		130.781	
	Std. Deviation		11.436	
	Minimum		253	
	Maximum		293	
	Range		40	
	Interquartile Range		19	
	Skewness		-.077	.580
	Kurtosis		-.518	1.121
Selisih2	Mean		50.93	2.922
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	44.67	
	Mean	Upper Bound	57.20	
	5% Trimmed Mean		51.59	
	Median		54.00	
	Variance		128.067	

Std. Deviation	11.317	
Minimum	23	
Maximum	67	
Range	44	
Interquartile Range	14	
Skewness	-.934	.580
Kurtosis	1.487	1.121

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Sebelum1	15	50.0%	15	50.0%	30	100.0%
Sesudah1	15	50.0%	15	50.0%	30	100.0%
Selisih1	15	50.0%	15	50.0%	30	100.0%
sebelum2	15	50.0%	15	50.0%	30	100.0%
Sesudah2	15	50.0%	15	50.0%	30	100.0%
Selisih2	15	50.0%	15	50.0%	30	100.0%



**DISPOSISI SURAT MASUK
SMA MUHAMMADIYAH 4 JAKARTA**

Hari/Tgl. Surat Diterima
No. Surat
Tgl. Surat
Asal Surat
Perihal

No. Urut : ...125

Kamte, 31 Maret 2016
08 / 450 / Piskokrapi / EKS / III / 2016
28 Maret 2016
UNU - Esa Unggul
Jln Penelitian Gr.ripa

Disetujui/Kepada	Isi Disposisi
1. Wakil Kepala Sekolah	
2. Staf Kurikulum	
3. Staf Kesiswaan	
4. Staf Sarpras	
5. Staf Humas	
6. Bendahara	
7. Wali Kelas	
8. Guru Pikev/BK/BP	
9. Guru Bidang Studi	
10. TU dll.	

Catatan : Setelah digunakan segera dikembalikan ke Tata-Usaha

Statistics

		Sebelum1	Sesudah1	Selisih1	sebelum2	Sesudah2	Selisih2
N	Valid	15	15	15	15	15	15
	Missing	15	15	15	15	15	15
Mean		224.67	262.60	37.93	223.80	274.73	50.93
Std. Deviation		10.033	15.693	11.342	8.662	11.436	11.317

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum1	.182	15	.196	.900	15	.095
Sesudah1	.143	15	.200*	.909	15	.130
Selisih1	.166	15	.200*	.941	15	.401
sebelum2	.245	15	.016	.867	15	.031
Sesudah2	.157	15	.200*	.973	15	.893
Selisih2	.140	15	.200*	.943	15	.418

a. Lilliefors Significance Correction

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

Uji homogenitas

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
VAR00003 Equal variances assumed	.445	.510	.253	28	.802	.867	3.422	-6.144	7.877
Equal variances not assumed			.253	27.416	.802	.867	3.422	-6.151	7.884

Uji Hipotesis I DAN II → ada peningkatan pada kedua latihan

Test Statistics^b

	Sesudah1 - Sebelum1	Sesudah2 - sebelum2
Z	-3.411 ^a	-3.411 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001	.001

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Uji Hipotesis III berdasarkan nilai selisih → ada perbedaan

	VAR00001
Mann-Whitney U	41.000
Wilcoxon W	161.000
Z	-2.972
Asymp. Sig. (2-tailed)	.003
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.002 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: VAR00002

Uji hipotesis III berdasarkan nilai sesudah → ada perbedaan

	VAR00004
Mann-Whitney U	63.500
Wilcoxon W	183.500
Z	-2.035
Asymp. Sig. (2-tailed)	.042
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.041 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: VAR00002