

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1.**Data Penelitian *Pretest* dan *Posttest* Power Tungkai**

Sampel	Data	
	Pretest (cm)	Posttest (cm)
1	28	30
2	27	28
3	28	30
4	26	28
5	30	33
6	25	28
7	24	26
8	27	28
9	26	27
10	27	29
11	29	31
12	28	30

Lampiran 2.

Hasil Uji Normalitas

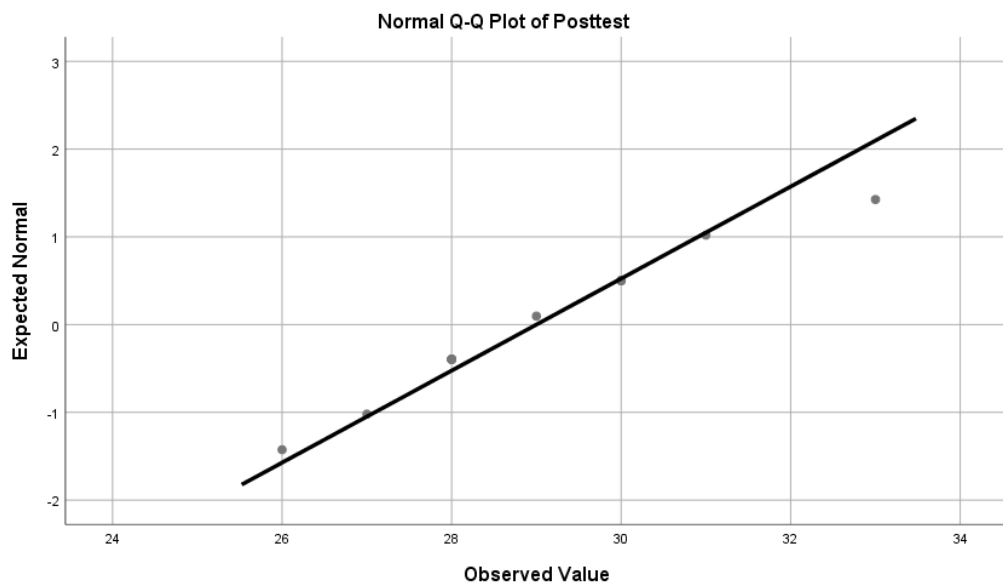
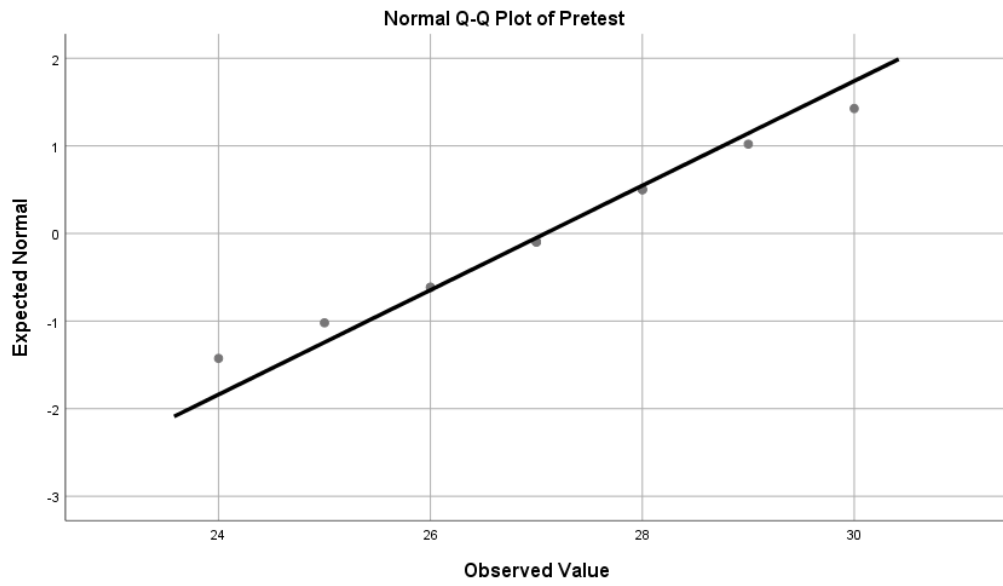
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Statistic	df	Sig.
Pretest	.147	12	.200 [*]
Posttest	.200	12	.200

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Pretest	Mean	27.0833	.48396	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	26.0181	
		Upper Bound	28.1485	
	5% Trimmed Mean	27.0926		
	Median	27.0000		
	Variance	2.811		
	Std. Deviation	1.67649		
	Minimum	24.00		
	Maximum	30.00		
	Range	6.00		
	Interquartile Range	2.00		
	Skewness	-.156	.637	
	Kurtosis	-.045	1.232	
	Posttest	Mean	29.0000	.55048
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	27.7884	
		Upper Bound	30.2116	
5% Trimmed Mean		28.9444		
Median		28.5000		
Variance		3.636		
Std. Deviation		1.90693		
Minimum		26.00		
Maximum		33.00		
Range		7.00		
Interquartile Range		2.00		
Skewness		.566	.637	
Kurtosis		.447	1.232	

Lampiran 3.

Grafik Uji Normalitas



Lampiran 4.

Hasil Uji Homogenitas

ANOVA

Value

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	22.042	1	22.042	6.838	.016
Within Groups	70.917	22	3.223		
Total	92.958	23			

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Value	Based on Mean	.297	1	22	.591
	Based on Median	.292	1	22	.594
	Based on Median and with adjusted df	.292	1	21.619	.594
	Based on trimmed mean	.294	1	22	.593

Lampiran 5.

Hasil Uji Hipotesis (Analisis Uji-t)

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Posttest	29.0000	12	1.90693	.55048
	Pretest	27.0833	12	1.67649	.48396

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Posttest & Pretest	12	.938	.000

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	Posttest - Pretest	1.91667	.66856	.19300	1.49189	2.34145	9.931	11	.000

Lampiran 6.**Dokumentasi Kegiatan Tes *Vertical Jump***

Tes sebelum pemberian latihan (*Pretest*) *Vertical Jump*



Tes setelah pemberian latihan (*Posttest*) *Vertical Jump*

Lampiran 7.**Dokumentasi Kegiatan Pemanasan**

Joging Ringan



Peregangan Dinamis

Lampiran 8.**Dokumentasi Kegiatan Latihan**

Latihan Standing Jump



Latihan Frog Jump



Latihan Box Jump



YAYASAN PENDIDIKAN GALUH
UNIVERSITAS GALUH
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Kampus: Jl. R.E. Martadinata No. 150 Tlp. (0265) 772192 Fax 771955 Ciamis

Nomor : 474 /21/SP/KM/DI/VIII/2024

Ciamis, 15 Juni 2024

Perihal : Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Kepala SDN 1 Mekarjadi
Di Tempat

Dengan Hormat,

Dalam rangka penyusunan Karya Ilmiah/Skripsi Mahasiswa FKIP
Universitas Galuh Ciamis :

Nama : Adam Heru
N I M : 2124200091
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tingkat/Semester : IV (Empat)/VIII (Delapan)

Kami mohon dengan hormat bantuan Bapak/Ibu untuk dapat menerima dan memberikan kesempatan kepada yang bersangkutan dalam hal mengumpulkan data sehubungan dengan penulisan karya ilmiah (Skripsi) yang berjudul : PENGARUH METODE LATIHAN PLYOMETRIC TERHADAP POWER TUNGKAI SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SEKOLAH DASAR.

Demikian permohonan kami, atas bantuan dan perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Hormat Kami,
Wakil Dekan I



Yoyon Sutresna, Drs., M.Kes.
NIP. 196504121990021001

Tembusan disampaikan Kepada Yth,
1. Prodi di FKIP UNIGAL
2. Panitia DBS
3. Arsip

DAFTAR RIWAYAT HIDUP*Curriculum Vitae**Data Pribadi / Personal Details*

Nama / *Name* : Adam Heru
 Alamat / *Address* : Dsn. Sedekan, RT 026/RW 007,
 Ds. Mekarjadi, Kec. Sadananya,
 Kab. Ciamis, Prov. Jawa Barat
 Kode Post / *Postal Code* : 46256
 Nomor Telepon / *Phone* : 085943293370
 Email : adamheru12345@gmail.com
 Jenis Kelamin / *Gender* : Laki-laki
 Tanggal Kelahiran / *Date of Birth* : 01 Juli 2001
 Warga Negara / *Nationality* : Indonesia
 Agama / *Religion* : Islam

Riwayat Pendidikan*Education Information*

Periode			Sekolah / Institusi / Universitas	Jurusan	Jenjang	IPK
2007	-	2013	SDN 1 MEKARJADI	-	SD	-
2013	-	2016	SMPN 4 CIAMIS	-	SLTP	-
2016	-	2019	SMA PLUS INFORMATIKA CIAMIS	IPA	SLTA	-
2020	-	2024	UNIVERSITAS GALUH CIAMIS	PENJAS	S1	3,68

Ciamis, Agustus 2024

Adam Heru
 2124200091