

**Lampiran 1**  
**Hasil Penghitungan Rata-Rata Dan Simpangan Baku Tes Awal Dan**  
**Tes Akhir Latihan Mengejar Bola**

<b>No</b>	<b>Nama Siswa</b>	<b>Tes Awal</b>	<b>Tes Akhir</b>	<b>T1-T2</b>
1	Adnan Subhi	17.2	16.59	0.61
2	Aluino Juana Putra	17.5	17.12	0.38
3	Bintang Arrafa	16.57	16.05	0.52
4	Candra Pangestu	15.77	15.15	0.62
5	Chakka Alfyan Nuraga	16.24	15.69	0.55
6	Dedi Prasetyo	17.33	16.11	1.22
7	Evan Maulana	16.35	15.25	1.1
8	Ghilman Azam	17.21	16.22	0.99
9	Kheandra Nazriel Ilham	16.55	14.59	1.96
10	M. Adilla Rafasya Putra	17.15	16.19	0.96
11	M. Keysa Mujaidan	16.63	14.83	1.8
12	M. Wisnu Al Fariz	17.09	16.34	0.75
13	Mahesa Hamzah	17.24	16.53	0.71
14	Muhamad Aras Fadillah	16.59	15.78	0.81
15	Muhamad Ismail Urzais	15.87	15.12	0.75
<b>Jumlah</b>		<b>251.3</b>	<b>237.6</b>	<b>13.73</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>16.75</b>	<b>15.84</b>	<b>0.92</b>
<b>S</b>		<b>0.54</b>	<b>0.72</b>	<b>0.45</b>

**Lampiran 2**  
**Hasil Penghitungan Rata-Rata Dan Simpangan Baku Tes Awal Dan**  
**Tes Akhir Lari Diagonal**

<b>No</b>	<b>Nama Siswa</b>	<b>Tes Awal</b>	<b>Tes Akhir</b>	<b>T1-T2</b>
1	Muhammad Randy Riyan	16.92	16.29	0.63
2	Muhammad Rizqi Aprili	17.5	16.93	0.57
3	Najjah Muinudin	16.57	16.05	0.52
4	Nazar Elmana Ghesyar	17.77	17.55	0.22
5	Paisal Amri	16.24	15.45	0.79
6	Raihan Syahdan	17.33	16.11	1.22
7	Rifa Andhika Argani	16.35	15.25	1.1
8	Rudiyana	17.21	16.22	0.99
9	Sahrul Andreana	16.25	15.86	0.39
10	Sandi Sinatria	17.15	16.05	1.1
11	Sangkar Fawana	16.75	15.83	0.92
12	Yongki Adi Putra	17.17	16.73	0.44
13	Ziddan Al Ramadhan	17.24	16.53	0.71
14	Raditia Ardani	16.59	15.78	0.81
15	Hamzah Saefurohman	16.33	15.92	0.41
<b>Jumlah</b>		<b>253.4</b>	<b>242.6</b>	<b>10.82</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>16.89</b>	<b>16.17</b>	<b>0.72</b>
<b>S</b>		<b>0.49</b>	<b>0.58</b>	<b>0.30</b>

**Lampiran 3**  
**Uji Normalitas Data Tes Awal Latihan Mengejar Bola**

No	$X_i$	$\bar{X}$	$X_i - \bar{X}$	S	$Z_i$	O-Z	F $z_i$	S $z_i$	F $z_i - S z_i$
1	15.77	16.75	-0.98	0.54	-1.81	0.4649	0.9649	1	0.0351
2	15.87	16.75	-0.88	0.54	1.63	0.4484	0.9484	0.9333	0.0150
3	16.24	16.75	-0.51	0.54	0.94	0.3264	0.8264	0.8667	0.0402
4	16.35	16.75	-0.4	0.54	0.74	0.2704	0.7704	0.8	0.0296
5	16.55	16.75	-0.2	0.54	0.37	0.1443	0.6443	0.7333	0.0890
6	16.57	16.75	-0.18	0.54	0.33	0.1293	0.6293	0.6667	0.0373
7	16.59	16.75	-0.16	0.54	0.3	0.1179	0.6179	0.6	0.0179
8	16.63	16.75	-0.12	0.54	0.22	0.0871	0.5871	0.5333	0.0537
9	17.09	16.75	0.34	0.54	-0.63	0.2357	0.2643	0.4667	0.1900
10	17.15	16.75	0.4	0.54	-0.74	0.2704	0.2296	0.4	0.1704
11	17.2	16.75	0.45	0.54	-0.83	0.2967	0.2033	0.3333	0.1300
12	17.21	16.75	0.46	0.54	-0.85	0.3023	0.1977	0.2667	0.0689
13	17.24	16.75	0.49	0.54	-0.91	0.3186	0.1814	0.2	0.0186
14	17.33	16.75	0.58	0.54	-1.07	0.3577	0.1423	0.1333	0.0089
15	17.5	16.75	0.75	0.54	-1.39	0.4177	0.0823	0.0667	0.0156

**Lampiran 4**  
**Uji Normalitas Data Tes Akhir Latihan Mengejar Bola**

<b>No</b>	<b>Xi</b>	$\bar{X}$	$Xi - \bar{X}$	<b>S</b>	<b>Zi</b>	<b>O-Z</b>	<b>F zi</b>	<b>S zi</b>	<b>F zi - S zi</b>
1	14.59	15.84	-1.25	0.72	1.74	0.4591	0.959	1	0.0409
2	14.83	15.84	-1.01	0.72	1.4	0.4192	0.919	0.9333	0.01413
3	15.12	15.84	-0.72	0.72	1	0.3413	0.841	0.8667	0.02537
4	15.15	15.84	-0.69	0.72	0.96	0.3315	0.832	0.8	0.0315
5	15.25	15.84	-0.59	0.72	0.82	0.2939	0.794	0.7333	0.06057
6	15.69	15.84	-0.15	0.72	0.21	0.0832	0.583	0.6667	0.08347
7	15.78	15.84	-0.06	0.72	0.08	0.0319	0.532	0.6	0.0681
8	16.05	15.84	0.21	0.72	-0.29	0.1141	0.386	0.5333	0.14743
9	16.11	15.84	0.27	0.72	-0.37	0.1443	0.356	0.4667	0.11097
10	16.19	15.84	0.35	0.72	-0.49	0.1879	0.312	0.4	0.0879
11	16.22	15.84	0.38	0.72	-0.53	0.2019	0.298	0.3333	0.03523
12	16.34	15.84	0.5	0.72	-0.69	0.2549	0.245	0.2667	0.02157
13	16.53	15.84	0.69	0.72	-0.96	0.3315	0.169	0.2	0.0315
14	16.59	15.84	0.75	0.72	-1.04	0.3508	0.149	0.1333	0.01587
15	17.12	15.84	1.28	0.72	-1.78	0.4625	0.038	0.0667	0.02917

**Lampiran 5**  
**Uji Normalitas Data Tes Awal Lari Diagonal**

No	$X_i$	$\bar{X}$	$X_i - \bar{X}$	S	$Z_i$	O-Z	F $Z_i$	S $Z_i$	F $Z_i - S Z_i$
1	16.24	16.89	-0.65	0.49	1.33	0.4082	0.9082	1	0.0918
2	16.25	16.89	-0.64	0.49	1.31	0.4049	0.9049	0.9333	0.0284
3	16.33	16.89	-0.56	0.49	1.14	0.3729	0.8729	0.8667	0.0062
4	16.35	16.89	-0.54	0.49	1.1	0.3643	0.8643	0.8	0.0643
5	16.57	16.89	-0.32	0.49	0.65	0.2422	0.7422	0.7333	0.0088
6	16.59	16.89	-0.3	0.49	0.61	0.2291	0.7291	0.6667	0.0624
7	16.75	16.89	-0.14	0.49	0.29	0.1141	0.6141	0.6	0.0141
8	16.92	16.89	0.03	0.49	-0.06	0.0239	0.4761	0.5333	0.0572
9	17.15	16.89	0.26	0.49	-0.53	0.2019	0.2981	0.4667	0.1685
10	17.17	16.89	0.28	0.49	-0.57	0.2157	0.2843	0.4	0.1157
11	17.21	16.89	0.32	0.49	-0.65	0.2422	0.2578	0.3333	0.0755
12	17.24	16.89	0.35	0.49	-0.71	0.2612	0.2388	0.2667	0.0278
13	17.33	16.89	0.44	0.49	-0.9	0.3159	0.1841	0.2	0.0159
14	17.5	16.89	0.61	0.49	-1.24	0.3925	0.1075	0.1333	0.0258
15	17.77	16.89	0.88	0.49	-1.8	0.4641	0.0359	0.0667	0.0307

**Lampiran 6**  
**Uji Normalitas Data Tes Akhir Lari Diagonal**

<b>No</b>	<b>Xi</b>	$\bar{X}$	$Xi - \bar{X}$	<b>S</b>	<b>Zi</b>	<b>O-Z</b>	<b>F Zi</b>	<b>S Zi</b>	<b>F Zi - S Zi</b>
1	15.25	16.17	-0.92	0.58	1.59	0.4441	0.944	1	0.0559
2	15.45	16.17	-0.72	0.58	1.24	0.3925	0.893	0.9333	0.0408
3	15.78	16.17	-0.39	0.58	0.67	0.2486	0.749	0.8667	0.1180
4	15.83	16.17	-0.34	0.58	0.59	0.2224	0.722	0.8	0.0776
5	15.86	16.17	-0.31	0.58	0.53	0.2019	0.702	0.7333	0.0314
6	15.92	16.17	-0.25	0.58	0.43	0.1664	0.666	0.6667	0.0002
7	16.05	16.17	-0.12	0.58	0.21	0.0832	0.583	0.6	0.0168
8	16.05	16.17	-0.12	0.58	0.21	0.0832	0.583	0.5333	0.0498
9	16.11	16.17	-0.06	0.58	0.1	0.0398	0.54	0.4667	0.0731
10	16.22	16.17	0.05	0.58	-0.09	0.0359	0.464	0.4	0.0641
11	16.29	16.17	0.12	0.58	-0.21	0.0832	0.417	0.3333	0.0834
12	16.53	16.17	0.36	0.58	-0.62	0.2324	0.268	0.2667	0.0009
13	16.73	16.17	0.56	0.58	-0.97	0.334	0.166	0.2	0.034
14	16.93	16.17	0.76	0.58	-1.31	0.4049	0.095	0.1333	0.0382
15	17.55	16.17	1.38	0.58	-2.38	0.4913	0.009	0.0667	0.0579

**Lampiran 7**  
**Uji Homogenitas Data Tiap Variabel**

1. Uji Homogenitas Data Tes Awal dan Tes Akhir Latihan Mengejar Bola

$$F = \frac{(S_1)^2}{(S_2)^2} = \frac{0,72^2}{0,54^2} = \frac{0,51}{0,29} = 1,76$$

2. Uji Homogenitas Data Tes Awal dan Tes Akhir Lari Diagonal

$$F = \frac{(S_2)^2}{(S_1)^2} = \frac{0,58^2}{0,49^2} = \frac{0,34}{0,24} = 1,42$$

3. Uji Homogenitas Data Peningkatan Kecepatan Kedua Kelompok

$$F = \frac{(S_2)^2}{(S_1)^2} = \frac{0,45^2}{0,30^2} = \frac{0,20}{0,09} = 2,22$$

### Lampiran 8 Pengujian Signifikansi Peningkatan Kecepatan

#### 1. Latihan Mengejar Bola

##### a. Menghitung Nilai Simpangan Baku Gabungan

$$S = \sqrt{\frac{(n-1)(S_1)^2 + (n-1)(S_2)^2}{(n_1 + n_2 - 2)}}$$

$$S = \sqrt{\frac{(15-1)(0,72)^2 + (15-1)(0,54)^2}{(n_1 + n_2 - 2)}}$$

$$S = \sqrt{\frac{(14)(0,51) + (14)(0,29)}{28}}$$

$$S = \sqrt{\frac{11,2}{28}}$$

$$S = \sqrt{0,4} = 0,63$$

##### b. Menghitung Nilai -t

$$t = \frac{\bar{x}_2 - \bar{x}_1}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_1}}}$$

$$t = \frac{16,75 - 15,84}{0,63 \sqrt{\frac{1}{15} + \frac{1}{15}}}$$



$$t = \frac{0,91}{0,63\sqrt{0,13}} = \frac{0,91}{0,23} = 3,96$$

## 2. Lari Diagonal

### a. Menghitung nilai simpangan baku gabungan

$$S = \sqrt{\frac{(n-1)(S_1)^2 + (n-1)(S_2)^2}{(n_1 + n_2 - 2)}}$$

$$S = \sqrt{\frac{(15-1)(0,049)^2 + (15-1)(0,40)^2}{(15+15-2)}}$$

$$S = \sqrt{\frac{(14)(0,24) + (14)(0,16)}{28}}$$

$$S = \sqrt{\frac{10,22}{28}}$$

$$S = \sqrt{0,36} = 0,60$$

### b. Menghitung nilai-t

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_1}}}$$

$$t = \frac{16,89 - 16,17}{0,54 \sqrt{\frac{1}{15} + \frac{1}{15}}} \quad t = \frac{0,72}{0,54\sqrt{0,13}}$$

$$t = \frac{0,72}{0,20}$$

$$t = 3,6$$

## 3. Peningkatan Kecepatan Kedua Kelompok

### a. Menghitung Nilai Simpangan Baku Gabungan

$$S = \sqrt{\frac{(n-1)(S_1)^2 + (n-1)(S_2)^2}{(n_1 + n_2 - 2)}}$$

$$S = \sqrt{\frac{(15-1)(0,45)^2 + (15-1)(0,30)^2}{(15+15-2)}}$$

$$S = \sqrt{\frac{(14)(0,20) + (14)(0,09)}{28}}$$

$$S = \sqrt{\frac{4,06}{28}}$$

$$S = \sqrt{0,145} = 0,38$$

b. Menghitung Nilai -t

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$t = \frac{0,92 - 0,72}{0,38 \sqrt{\frac{1}{15} + \frac{1}{15}}} = \frac{0,11}{0,38 \sqrt{0,13}} = \frac{0,11}{0,14} = 0,78$$

### Lampiran 9 Nilai Kritis Untuk Uji Liliefors

TABEL NILAI LILIEFORS

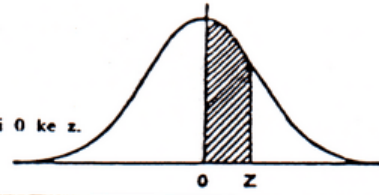
Ukuran Sampel	Tingkat Nyata ( $\alpha$ )				
	0,01	0,05	0,10	0,15	0,20
n = 4	0,417	0,381	0,352	0,319	0,300
5	0,405	0,337	0,315	0,299	0,285
6	0,364	0,319	0,294	0,277	0,265
7	0,348	0,300	0,276	0,258	0,247
8	0,331	0,285	0,261	0,244	0,233
9	0,311	0,271	0,249	0,233	0,223
10	0,294	0,258	0,239	0,224	0,215
11	0,284	0,249	0,230	0,217	0,205
12	0,275	0,242	0,223	0,212	0,195
13	0,268	0,234	0,214	0,202	0,190
14	0,261	0,227	0,207	0,194	0,183
15	0,257	0,220	0,201	0,187	0,177
16	0,250	0,213	0,195	0,182	0,173
17	0,245	0,206	0,189	0,177	0,169
18	0,239	0,200	0,184	0,173	0,166
19	0,235	0,195	0,179	0,169	0,163
20	0,231	0,190	0,174	0,166	0,160
25	0,200	0,173	0,158	0,147	0,142
30	0,187	0,161	0,144	0,136	0,131
n > 30	<u>1,031</u>	<u>0,886</u>	<u>0,805</u>	<u>0,768</u>	<u>0,736</u>
	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$

Source: Conover, W.J., Practical Nonparametric Statistics, John Wiley & Sons, 1975.

**Lampiran 10**  
**Daftar F. Luas Dibawah Lengkungan Standar Dari O Ke Z**

## DAFTAR F

LUAS DIBAWAH LINGKUNGAN NORMAL STANDAR Dari 0 ke z.  
(Bilangan dalam badan daftar menyatakan desimal).



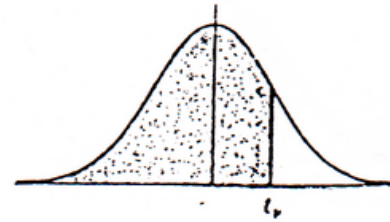
z	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0,0	0000	0040	0080	0120	0160	0199	0239	0279	0319	0359
0,1	0398	0438	0478	0517	0557	0596	0636	0675	0714	0754
0,2	0793	0832	0871	0910	0948	0987	1026	1064	1103	1141
0,3	1179	1217	1255	1293	1331	1368	1406	1443	1480	1517
0,4	1554	1591	1628	1664	1700	1736	1772	1808	1844	1879
0,5	1915	1950	1985	2019	2054	2088	2123	2157	2190	2224
0,6	2258	2291	2324	2357	2389	2422	2454	2486	2518	2549
0,7	2580	2612	2642	2673	2704	2734	2764	2794	2823	2852
0,8	2881	2910	2939	2967	2996	3023	3051	3078	3106	3133
0,9	3159	3186	3212	3238	3264	3289	3315	3340	3365	3389
1,0	3413	3438	3461	3485	3508	3531	3554	3577	3599	3621
1,1	3643	3665	3686	3708	3729	3749	3770	3790	3810	3830
1,2	3849	3869	3888	3907	3925	3944	3962	3980	3997	4015
1,3	4032	4049	4066	4082	4099	4115	4131	4147	4162	4177
1,4	4192	4207	4222	4236	4251	4265	4279	4292	4306	4319
1,5	4332	4345	4357	4370	4382	4394	4406	4418	4429	4441
1,6	4452	4463	4474	4484	4495	4505	4515	4525	4535	4545
1,7	4554	4564	4573	4582	4591	4599	4608	4616	4625	4633
1,8	4641	4649	4656	4664	4671	4678	4686	4693	4699	4706
1,9	4713	4719	4726	4732	4738	4744	4750	4756	4761	4767
2,0	4772	4778	4783	4788	4793	4798	4803	4808	4812	4817
2,1	4821	4826	4830	4834	4838	4842	4846	4850	4854	4857
2,2	4861	4864	4868	4871	4875	4878	4881	4884	4887	4890
2,3	4893	4896	4898	4901	4904	4906	4909	4911	4913	4916
2,4	4918	4920	4922	4925	4927	4929	4931	4932	4934	4936
2,5	4938	4940	4941	4943	4945	4946	4948	4949	4951	4952
2,6	4953	4955	4956	4957	4959	4960	4961	4962	4963	4964
2,7	4965	4966	4967	4968	4969	4970	4971	4972	4973	4974
2,8	4974	4975	4976	4977	4977	4978	4979	4979	4980	4981
2,9	4981	4982	4982	4983	4984	4984	4985	4985	4986	4986
3,0	4987	4987	4987	4988	4988	4989	4989	4989	4990	4990
3,1	4990	4991	4991	4991	4992	4992	4992	4992	4993	4993
3,2	4993	4993	4994	4994	4994	4994	4994	4995	4995	4995
3,3	4995	4995	4995	4996	4996	4996	4996	4996	4996	4997
3,4	4997	4997	4997	4997	4997	4997	4997	4997	4997	4998
3,5	4998	4998	4998	4998	4998	4998	4998	4998	4998	4998
3,6	4998	4998	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999
3,7	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999
3,8	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999	4999
3,9	5000	5000	5000	5000	5000	5000	5000	5000	5000	5000

Number : Theory and Problems of Statistics, Spiegel, M.R., Ph.D., Schaum Publishing Co., New York, 1961.

**Lampiran 11**  
**Daftar G. Nilai Presentil Untuk Distribusi – T**

**DAFTAR G**

Nilai Presentil  
Untuk Distribusi t  
 $V = dk$   
( Bilangan Dalam Badan Daftar  
Menyatakan  $t_p$  )



$V$	$t_{0,995}$	$t_{0,99}$	$t_{0,975}$	$t_{0,95}$	$t_{0,90}$	$t_{0,80}$	$t_{0,75}$	$t_{0,70}$	$t_{0,60}$	$t_{0,55}$
1	63,66	31,82	12,71	6,31	3,08	1,376	1,000	0,727	0,525	0,158
2	9,92	6,96	4,30	2,92	1,89	1,061	0,816	0,617	0,289	0,142
3	5,84	4,54	3,18	2,35	1,64	0,978	0,765	0,584	0,277	0,137
4	4,60	3,75	2,78	2,14	1,53	0,941	0,741	0,569	0,271	0,134
5	4,03	3,36	2,57	2,02	1,48	0,920	0,727	0,559	0,267	0,132
6	3,71	3,14	2,45	1,94	1,44	0,906	0,718	0,553	0,263	0,131
7	3,50	3,00	2,36	1,90	1,42	0,896	0,711	0,549	0,263	0,130
8	3,36	2,90	2,31	1,86	1,40	0,889	0,706	0,546	0,262	0,130
9	3,25	2,82	2,26	1,83	1,38	0,883	0,703	0,544	0,261	0,129
10	3,17	2,76	2,23	1,81	1,37	0,879	0,700	0,542	0,260	0,129
11	3,11	2,72	2,20	1,80	1,36	0,876	0,697	0,540	0,260	0,129
12	3,06	2,68	2,18	1,78	1,36	0,873	0,695	0,539	0,259	0,128
13	3,01	2,66	2,16	1,77	1,35	0,870	0,694	0,538	0,259	0,128
14	2,98	2,62	2,14	1,76	1,34	0,868	0,692	0,537	0,258	0,128
15	2,95	2,60	2,13	1,75	1,34	0,866	0,691	0,536	0,258	0,128
16	2,92	2,58	2,12	1,75	1,34	0,865	0,690	0,535	0,258	0,128
17	2,90	2,57	2,11	1,74	1,33	0,863	0,689	0,534	0,257	0,128
18	2,88	2,55	2,10	1,73	1,33	0,862	0,688	0,534	0,257	0,127
19	2,86	2,54	2,09	1,73	1,33	0,861	0,688	0,533	0,257	0,127
20	2,84	2,53	2,09	1,72	1,32	0,860	0,687	0,533	0,257	0,127
21	2,83	2,52	2,08	1,72	1,32	0,859	0,686	0,532	0,257	0,127
22	2,82	2,51	2,07	1,72	1,32	0,858	0,686	0,532	0,256	0,127
23	2,81	2,50	2,07	1,71	1,32	0,858	0,685	0,532	0,256	0,127
24	2,80	2,49	2,06	1,71	1,32	0,857	0,685	0,531	0,256	0,127
25	2,79	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,531	0,256	0,127
26	2,78	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,531	0,256	0,127
27	2,77	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,684	0,531	0,256	0,127
28	2,76	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,683	0,530	0,256	0,127
29	2,76	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,530	0,256	0,127
30	2,75	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,530	0,256	0,127
40	2,70	2,42	2,02	1,68	1,30	0,851	0,681	0,529	0,255	0,126
60	2,66	2,39	2,00	1,67	1,30	0,848	0,679	0,527	0,254	0,126
120	2,62	2,36	1,98	1,66	1,29	0,845	0,677	0,526	0,254	0,126
$\infty$	2,58	2,33	1,96	1,645	1,28	0,842	0,674	0,524	0,253	0,126

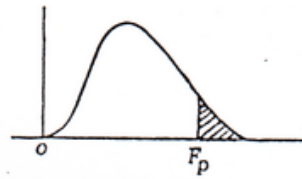
Sumber : *Statistical Tables for Biological, Agricultural and Medical Research*, Fisher, R.A. dan Yates, F.,  
Table III, Oliver & Boyd Ltd, Edinburgh.

## Lampiran 12

### Daftar I. Nilai Presentil Untuk Distribusi – F

DAFTAR I

Nilai Presentil  
Untuk Distribusi F  
( Bilangan Dalam Badan Daftar  
Menyatakan  $F_p$  ; Baris Atas Untuk  
 $p = 0,05$  dan Baris Bawah Untuk  $p = 0,01$  )



$V_2 = dk$ penyebut	$V_1 = dk$ pembilang																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	∞				
1	161	200	216	225	230	234	237	239	241	242	243	244	245	246	248	249	250	251	252	253	253	254	254	254	254			
2	18,51	19,00	19,16	19,25	19,30	19,33	19,36	19,37	19,38	19,39	19,40	19,41	19,42	19,43	19,44	19,45	19,46	19,47	19,48	19,48	19,49	19,49	19,50	19,50				
3	10,13	9,55	9,28	9,12	9,01	8,94	8,88	8,84	8,81	8,78	8,76	8,74	8,71	8,69	8,66	8,64	8,62	8,60	8,58	8,57	8,56	8,54	8,54	8,53				
4	7,71	6,94	6,59	6,39	6,26	6,16	6,09	6,04	6,00	5,96	5,93	5,91	5,87	5,84	5,80	5,77	5,74	5,71	5,70	5,68	5,66	5,65	5,64	5,63				
5	6,61	5,79	5,41	5,19	5,05	4,95	4,88	4,82	4,78	4,74	4,70	4,68	4,64	4,60	4,56	4,53	4,50	4,46	4,44	4,42	4,40	4,38	4,37	4,36				
6	5,99	5,14	4,76	4,53	4,39	4,28	4,21	4,15	4,10	4,06	4,03	4,00	3,96	3,92	3,87	3,84	3,81	3,77	3,75	3,72	3,71	3,69	3,68	3,67				
7	5,59	4,74	4,35	4,12	3,97	3,87	3,79	3,73	3,68	3,63	3,60	3,57	3,52	3,49	3,44	3,41	3,36	3,34	3,32	3,29	3,28	3,25	3,24	3,23				
8	5,32	4,46	4,07	3,84	3,69	3,58	3,50	3,44	3,39	3,34	3,31	3,28	3,23	3,20	3,18	3,12	3,08	3,05	3,03	3,00	2,98	2,98	2,94	2,93				
9	5,12	4,26	3,86	3,63	3,48	3,37	3,29	3,23	3,18	3,13	3,10	3,07	3,02	2,98	2,93	2,90	2,86	2,82	2,80	2,77	2,76	2,73	2,72	2,71				
	10,56	8,02	6,99	6,42	6,06	5,80	5,62	5,47	5,35	5,26	5,18	5,11	5,00	4,92	4,80	4,73	4,64	4,56	4,51	4,45	4,41	4,36	4,33	4,31				

DAFTAR I (lanjutan)

$V_2 = dk$ penyebut	$V_1 = dk$ pembilang																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	∞				
10	4,96	4,10	3,71	3,48	3,33	3,22	3,14	3,07	3,02	2,97	2,94	2,91	2,86	2,82	2,77	2,74	2,70	2,67	2,64	2,61	2,59	2,56	2,55	2,54				
11	4,84	3,98	3,59	3,36	3,20	3,09	3,01	2,95	2,90	2,86	2,82	2,79	2,74	2,70	2,65	2,61	2,57	2,53	2,50	2,47	2,45	2,42	2,41	2,40				
12	4,75	3,88	3,49	3,26	3,11	3,00	2,92	2,85	2,80	2,76	2,72	2,69	2,64	2,60	2,54	2,50	2,46	2,42	2,40	2,36	2,35	2,32	2,31	2,30				
13	4,67	3,80	3,41	3,18	3,02	2,92	2,84	2,77	2,72	2,67	2,63	2,60	2,55	2,51	2,46	2,42	2,38	2,34	2,32	2,28	2,26	2,24	2,22	2,21				
14	4,60	3,74	3,34	3,11	2,96	2,85	2,77	2,70	2,65	2,60	2,56	2,52	2,46	2,44	2,39	2,35	2,31	2,27	2,24	2,21	2,19	2,16	2,14	2,13				
15	4,54	3,68	3,29	3,06	2,90	2,79	2,70	2,64	2,59	2,55	2,51	2,46	2,43	2,39	2,33	2,29	2,25	2,21	2,18	2,15	2,12	2,10	2,08	2,07				
16	4,49	3,63	3,24	3,01	2,85	2,74	2,66	2,59	2,54	2,49	2,45	2,42	2,37	2,33	2,28	2,24	2,20	2,16	2,13	2,09	2,07	2,04	2,02	2,01				
17	4,45	3,59	3,20	2,96	2,81	2,70	2,62	2,55	2,50	2,45	2,41	2,38	2,33	2,29	2,23	2,19	2,15	2,11	2,08	2,04	2,02	1,99	1,97	1,96				
18	4,41	3,55	3,16	2,93	2,77	2,66	2,58	2,51	2,46	2,41	2,37	2,34	2,29	2,25	2,19	2,15	2,11	2,07	2,04	2,00	1,98	1,95	1,93	1,92				
19	4,38	3,52	3,13	2,90	2,74	2,63	2,55	2,48	2,43	2,38	2,34	2,31	2,26	2,21	2,15	2,11	2,07	2,02	2,00	1,96	1,94	1,91	1,90	1,88				
20	4,35	3,49	3,10	2,87	2,71	2,60	2,52	2,45	2,40	2,35	2,31	2,28	2,23	2,16	2,12	2,08	2,04	1,99	1,96	1,92	1,90	1,87	1,85	1,84				
21	4,32	3,47	3,07	2,84	2,68	2,57	2,49	2,42	2,37	2,32	2,28	2,25	2,20	2,15	2,09	2,05	2,00	1,96	1,93	1,89	1,87	1,84	1,82	1,81				
22	4,30	3,44	3,05	2,82	2,66	2,55	2,47	2,40	2,35	2,30	2,26	2,23	2,18	2,13	2,07	2,03	1,98	1,93	1,91	1,87	1,84	1,81	1,80	1,78				
23	4,28	3,42	3,03	2,80	2,64	2,53	2,45	2,38	2,32	2,28	2,24	2,20	2,14	2,10	2,04	2,00	1,96	1,91	1,88	1,84	1,82	1,79	1,77	1,76				
	7,88	5,66	4,76	4,26	3,94	3,71	3,54	3,41	3,30	3,21	3,14	3,07	2,97	2,89	2,78	2,70	2,62	2,53	2,48	2,41	2,37	2,32	2,28	2,26				

## Lampiran 13 Surat Izin Penelitian



**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/VI/2024

Ciamis, 11 Juni 2024

Perihal : Ijin Penelitian

Kepada

Yth. Kepala Sekolah SMP Islam Al-Amanah Salem Brebes

Di Tempat

Dengan Hormat,

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

Nama : MUHAMAD FAJAR ALIMUZAQI

N I M : 2124200043

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 LATIHAN MENGEJAR BOLA DENGAN LARI DIAGONAL TERHADAP KECEPATAN LARI 100 METER.

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

Hormat Kami,  
Wakil Dekan I



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

Tembusan disampaikan Kepada Yth,

1. Prodi di FKIP UNIGAL
2. Panitia DBS
3. Arsip

## Lampiran 14 Surat Keterangan Penelitian



NSS. 2 0 2 0 3 2 9 0 1 1 3 4

**LEMBAGA PENDIDIKAN AL AMANAH  
SMP ISLAM AL AMANAH SALEM  
KECAMATAN SALEM KABUPATEN BREBES**

**Terakreditasi "B"** Jl. Raya Kauman No. 13 Bentar Kecamatan Salem Kabupaten Brebes 52275  
NPSN : 20 340 770 HP 082 220 118 489 | email : smpislamalamanah@gmail.com

**YAYASAN ISLAM MINNA L. MASYRIQ -Akte Notaris : No 1 Tanggal 4 September 1992**  
Diperbaharui : Akta Notaris No. 72 Tanggal 20 Agustus 2015 - SK, Menkumham, Nomor AHU-0011614.AH.01.04.Tahun 2015

No : 1.178/ SMP.IA/ VIII/ 2024  
Hal : Surat Keterangan Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : FAATIH RIJALUL HAQ, S.Pd  
Jabatan : Kepala SMP Islam Al Amanah Salem

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Muhamad Fajar Alimuzaqi  
NIM : 2124200043  
Prodi : Pendidikan Jasmani

Telah melakukan penelitian di SMP Islam Al Amanah Salem guna memenuhi tugas akhir Skripsi :

Judul : PENGARUH LATIHAN MENGEJAR BOLA DENGAN LARI  
DIAGONAL TERHADAP KECEPATAN LARI 100 METER.  
Waktu : Juni - Agustus 2024

Demikian surat keterangan ini dibuat, semoga dapat digunakan dengan sebagaimana mestinya.

  
 Kepala SMP Islam Al Amanah Salem,  
**FAATIH RIJALUL HAQ, S.Pd**  
 NIP. -



## Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian

### Pengarahannya dan Pemanasan Sebelum Latihan



### Program Latihan Mengejar Bola



### Program Latihan Lari Diagonal



## Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup



Muhamad Fajar Alimuzaqi lahir di Brebes pada tanggal 17 Juli 2000. Penulis merupakan anak pertama dari 2 bersaudara dari pasangan suami istri Bapak Kaelani dan Ibu Atikah. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Penulis beralamat di Desa Bentar, Kecamatan Salem, Kabupaten Brebes Jawa Tengah.

Penulis mengawali pendidikan di TK Mina L Masyriq lulus pada tahun 2006. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SDN 1 Bentar dan lulus pada tahun 2012. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMP Islam Al-Amanah Salem dan lulus pada tahun 2015, lalu melanjutkan pendidikan di MAN 1 Kabupaten Tasikmalaya Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam dan lulus pada tahun 2018. Pada tahun 2020 penulis melanjutkan pendidikan S1 Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Galuh Ciamis. Selanjutnya sampai dengan penulisan skripsi ini penulis masih terdaftar sebagai Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Galuh Ciamis.

Kontak penulis yang bisa dihubungi :

- Email : [alimuzaky17@gmail.com](mailto:alimuzaky17@gmail.com)
- Instagram : @alimuzaky\_
- Facebook : Muhamad Fajar Alimuzaky