

Lampiran 1

HASIL PRETEST-POSTEST ZIG-ZAG RUN

No	Nama	Hasil Pretest	Hasil Postest
1	Rian	10	18
2	Kurnia	11	19
3	Kurdi	9	17
4	Ismail	10	17
5	Yudi	9	17
6	Guntur	10	16
7	Bobi	11	16
8	Rendra	11	18
9	Kusman	10	19
10	Giantoro	9	20
11	Lius	9	18
12	Maul	9	18
13	Sandi	9	19
14	Jajang	10	17
15	Hendi	11	17
16	Frengky	11	19
17	Putra	12	20
18	Oscar	9	18
19	Usman	8	18
20	Yusyus	10	19
Total		198	360
Rata-Rata		9.90	18.00
STDV		1.02083557	1.1697953

Lampiran 2

PRETEST DESKRIPSI DATA PASSING BAWAH

Descriptive Statistics

	N	Std. Deviation	Variance		
	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Std. Error
zig-zag	10	1.223	1.456	0.654	0.876

POSTEST DESKRIPSI DATA PASSING BAWAH

Descriptive Statistics

	N	Std. Deviation	Variance		
	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Std. Error
zig-zag	10	1.146	1.313	0.654	0.876

Lampiran 3

Tests of Normality

Pretest-Posttest					Shapiro-Wilk		
					Statistic	df	Sig.
zig-zag	Pretest	0.345	20	0.456	0.765	20	0.456
zig-zag	Posttest	0.234	20	0.342	0.665	20	0.567

Lampiran 4

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
zig-zag	0.812	1	38	0.373

Lampiran 5

			t-test for Equality of Means							
			t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
TesAkhir	Equal variances assumed	0.568	0.461	0.190	18	0.000	0.100	0.526	-1.005	1.205

**PROGRAM LATIHAN BOLA KARET
UNTUK CABANG OLAHRAGA BOLA VOLI**

No	Minggu	Hari	Kegiatan
1	I	Sabtu	Tes Kemampuan Servis Bawah
			Pre-Test
			Volume 50%
2	II	Senin	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
			Inti
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri
			b. Istirahat 2 Menit / Set
			c. Istirahat 5 Menit / Set
			Game
			Pendinginan
		Kamis	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
			Inti
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri
			b. Istirahat 2 Menit / Set
			c. Istirahat 5 Menit / Set
			Game
			Pendinginan
	Sabtu	Pendahuluan	
		a. Pemanasan	
		b. Penjelasan Instruksi Latihan	
		Inti	
		a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri	
		b. Istirahat 2 Menit / Set	
		c. Istirahat 5 Menit / Set	
		Game	
		Pendinginan	
Senin	Pendahuluan		
	a. Pemanasan		
	b. Penjelasan Instruksi Latihan		
	Inti		
	a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri		
	b. Istirahat 2 Menit / Set		
	c. Istirahat 5 Menit / Set		
	Game		
	Pendinginan		
Pendahuluan			

3	III	Kamis	a. Pemanasan	
			b. Penjelasan Instruksi Latihan	
			Inti	
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri	
			b. Istirahat 2 Menit / Set	
			c. Istirahat 5 Menit / Set	
			Game	
			Pendinginan	
		Sabtu	Pendahuluan	
			a. Pemanasan	
			b. Penjelasan Instruksi Latihan	
			Inti	
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri	
			b. Istirahat 2 Menit / Set	
c. Istirahat 5 Menit / Set				
Game				
Pendinginan				
4	IV	Senin	Pendahuluan	
			a. Pemanasan	
			b. Penjelasan Instruksi Latihan	
			Inti	
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri	
			b. Istirahat 2 Menit / Set	
			c. Istirahat 5 Menit / Set	
			Game	
		Pendinginan		
		Kamis	Pendahuluan	
			a. Pemanasan	
			b. Penjelasan Instruksi Latihan	
			Inti	
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 8x3 Set x 2 Seri	
			b. Istirahat 2 Menit / Set	
			c. Istirahat 5 Menit / Set	
			Game	
		Pendinginan		
		Volume 70%		
		Sabtu	Pendahuluan	
			a. Pemanasan	
			b. Penjelasan Instruksi Latihan	
			Inti	
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 12x3 Set x 2 Seri	
b. Istirahat 2 Menit / Set				
c. Istirahat 5 Menit / Set				
Game				
Pendinginan				

5	V	Senin	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
			Inti
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 12x3 Set x 2 Seri
			b. Istirahat 2 Menit / Set
			c. Istirahat 5 Menit / Set
			Game
			Pendinginan
		Kamis	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
	Inti		
	a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 12x3 Set x 2 Seri		
	b. Istirahat 2 Menit / Set		
	c. Istirahat 5 Menit / Set		
	Game		
	Pendinginan		
	Sabtu	Pendahuluan	
		a. Pemanasan	
		b. Penjelasan Instruksi Latihan	
		Inti	
		a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 12x3 Set x 2 Seri	
		b. Istirahat 2 Menit / Set	
c. Istirahat 5 Menit / Set			
Game			
Pendinginan			
Volume 75%			
6	VI	Senin	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
			Inti
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 14x3 Set x 2 Seri
			b. Istirahat 2 Menit / Set
	c. Istirahat 5 Menit / Set		
	Game		
	Pendinginan		
	Kamis	Pendahuluan	
		a. Pemanasan	
		b. Penjelasan Instruksi Latihan	
Inti			
a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 14x3 Set x 2 Seri			
b. Istirahat 2 Menit / Set			
c. Istirahat 5 Menit / Set			
Game			

			Pendinginan
		Sabtu	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
			Inti
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 14x3 Set x 2 Seri
			b. Istirahat 2 Menit / Set
			c. Istirahat 5 Menit / Set
			Game
			Pendinginan
7	VII	Senin	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
			Inti
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 14x3 Set x 2 Seri
			b. Istirahat 2 Menit / Set
			c. Istirahat 5 Menit / Set
			Game
			Pendinginan
		Kamis	Pendahuluan
			a. Pemanasan
			b. Penjelasan Instruksi Latihan
			Inti
			a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 14x3 Set x 2 Seri
			b. Istirahat 2 Menit / Set
			c. Istirahat 5 Menit / Set
			Game
			Pendinginan
	Sabtu	Pendahuluan	
		a. Pemanasan	
		b. Penjelasan Instruksi Latihan	
Inti			
a. Latihan Servis Bawah Modifikasi Alat Bola Karet 14x3 Set x 2 Seri			
b. Istirahat 2 Menit / Set			
c. Istirahat 5 Menit / Set			
Game			
Pendinginan			
VIII	Senin	Post-Test	
		Tes Kemampuan Servis Bawah	



...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/VII/2024

Ciamis, 11 Juli 2024

Perihal : Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Kepala Sekolah SDN Sindangkasih Tasikmalaya
Di Tempat

Dengan Hormat,

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

Nama : Roni Ramdani
N I M : 2124200044
Program Studi : Pend Penjas
Tingkat/Semester : IV (EMAT)/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 Media Latihan Menggunakan Bola Kare Terhadap Peningkatan Servis Bawah Bola Voli..

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



PEMERINTAH DAERAH KABUPATEN TASIKMALAYA
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH DASAR NEGERI SINDANGKASIH
KECAMATAN PAGERAGEUNG

Kp. Ambarayah Ds. SukadanaKec. Pagerageung Kabupaten Tasikmalaya 46158
Email: sikassdn@gmail.com NSS / NPSN: 101021204024 / 20229427

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : B/041/PD.02.02/Sdnsdkh.pgrg/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **CICI HANDAYANI, S.Pd.I.,M.M**
NIP : 19760415 201001 2 004
Pangkat /Gol Ruang : Penata Tk I, III/d
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SDN Sindangkasih
Kec Pagerageung Kab. Tasikmalaya

Yang ini memberikan izin kepada:

Nama : **RONI RAMDANI**
NIM : 2124200044
Program Studi : Pend. Penjas
Tingkat/ Semester : IV (Empat)/ VIII (Delapan)

Untuk melaksanakan penelitian (mengumpulkan data) sehubungan dengan penulisan karya i
n) yang bersangkutan sampai waktu yang diperlukan .
Surat izin ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pagerageung, 31 Juli 2024
Kepala SDN Sindangkasih



CICI HANDAYANI, S.Pd.I.,M.M



