

DAFTAR PUSTAKA

- Ari kunto, Suharismi. 2010. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik . Jakarta
- Beutelstahl., viera dan bonnie jill ferguson. Bola voli tingkat pemula.
- Hadi, Suterisno. 2004. *Metodologi research jilid 2*. Yogyakarta: Anndi Offet.
- Arikunto, Suharismi. (2010). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik . Jakarta.
- Fanny sep triana. (2012). Latihan *skipping*
- Hadi, Sutrisno. (2004). *Metodologi research jilid 2*. Yogyakarta: Anndi Offet.
- Harsono,(1990). Progam latihan pada bola voli. Jakarta
- Heri siswanto, (2012), *peningkatan keterampilan smash permainan bola voli melalui metode resiprokal dalam jumlah olahraga* edisi desember 2012 halaman I.
- Harsono. (1998). Coaching and Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching. Jakarta : CV. Tambak Kesuma.
- Johnson L.Barry (1969) Practical Measurements for Evaluation in Physical Education.Burgess Publishing: United states of America.
- Maksum, ali. (2009). Metode penelitian dalam olahraga. Surabaya
- Muhammad Muhyi F. DKK.(2012). *Permainan bola voli* Surabaya: graha 2010.
- Muhammad Muhyi F. (2009) : *teknik dasar permainan bola voli*.
- Nurhasan. (1986). Tes dan pengukuran. Semarang: departemen pendidikan dan kebudayaan Universitas terbuka.

- Nasir, M. (1988). Metode Penelitian. Jakarta: Ghalia.
- Subowo, Rita. (2005). Peraturan permainan bola voli. Jakarta.
- Sugiyono.(2010). metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R dan D. Bandung : ALfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan*.bandung: ALfabeta,cv.
- Suharto. (1999). Tes Kesegaran Jasmani Indonesia. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Suharno HP. (1979). Dasar – dasar permainan bola voli. Yogyakarta: IKIP.
- Sutrisno Hadi, (2004) Metodologi Research 2, Andi Offset, Yogyakarta.

Lampiran 1

	FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA <small>Kampus 1, J. Negeri Dwi 04-037 Telp. (031) 5941297 Fax. (031) 5942904 Surabaya 60245 Kampus 2, J. Dahan Manunggal 44 Telp. (031) 8291182, (031) 183 Surabaya 60234 Website : www.upgrisab.ac.id</small>	
<hr/>		
Nomor	: 712/AK.2/FKIP/XI/2019	18 Nopember 2019
Lampiran	: 4	
Perihal	: Permohonan Izin Penelitian	
Yang Terhormat, Kepala SMK Mankumambang 1 di Gresik		
Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala SMK Mankumambang 1 Gresik berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa :		
Nama	: Kurniawan	
NIM	: 165900104	
Program Studi	: Pendidikan Jurnalis	
Judul Penelitian	: Pengaruh Latihan Skipping Terhadap Tinggi Lompatan Eksterakurikuler Bola Voli di SMK Mankumambang 1 Dukun - Gresik	
Waktu penelitian	: 18 Nopember 2019 s/d 26 Desember 2019	
Demikian atas bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.		
		
Terbilang : 1. Wakil Dekan 1 2. Kaprodi		

Lampiran 2

**MASKUMAMBANG SCHOOL OF TECHNOLOGY**
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN MASKUMAMBANG 1
STATUS : TERAKREDITASI B
1. Teknik Penjualan 2. Teknik dan Bisnis Sepeda Motor 3. Teknik Komputer & Jaringan
4. Teknik Aotomasi Kapal Laut 5. Walmatoba
PONDOK PESANTREN MASKUMAMBANG
NPSN 20500417 NBS 324-050 116 009 NDS 425 501 0001
Alamat : Pondok Pesantren Maskumambang Dukun Gresik 61155 Phone / Fax / 031 / 394 0755

Nomor : 040/113.10/SMK.MASK.01/XI/2019
Lamp : -
Hal : 1
Kondisional Permohonan (izin Penelitian)

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Di -
Tempat

Assalamu'alaikum Ww.Wb.

Dengan Hormat,
Berdasarkan Surat Nomor : 712/JAL.2/FKIP/XI/2019 Tanggal 18 November 2019 Perihal
Permohonan Izin Penelitian,

Melalui surat ini kami dari SMK MASKUMAMBANG 1 Dukun Gresik Menyatakan bahwa
mahasiswa yang identitasnya tertera di bawah ini :

NO	NAMA	NIM	PROGRAM STUDI
1.	KURNIAWAN	165900104	Pendidikan Jasmani

Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa tersebut di atas dapat kami terima untuk
melaksanakan Kegiatan Penelitian di SMK Maskumambang 1 Dukun, terthitung mulai
tanggal 18 November 2019 s/d tanggal, 26 Desember 2019.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Ww. Wb.

Gresik, 17 November 2019
Kepada
Dekan Maskumambang 1 Dukun


MUHAMMAD ROSIKHUN, S.Pd., M.M.
KAR. GRESIK
KORDEK 01/18/2019

Lampiran 3

	MASKUMAMBANG SCHOOL OF TECHNOLOGY SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN MASKUMAMBANG 1 STATUS : TERAKREDITASI B 1. Teknik Perencanaan 2. Teknik Listrik Instalasi Mekanik 3. Teknik Kimia Industri & Jaringin 4. Teknik Komputer & Jaringan 5. Multimedia PONDOK PESANTREN MASKUMAMBANG NPSN 20500417 NIS 324 050 110 009 NDS 420 501 0601 Alamat : Pondok Pesantren Maskumambang Dukun Gresik 61155 Phone / Fax (031) 394 0795
SURAT KETERANGAN Nomor : 046/113.10/SNK.MASK.01/XI/2019	
Berdasarkan pada Permohonan Izin Penulisan dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA Nomor : 712/MA.2/FKIP/WU/2019 tanggal 18 November 2019, dengan ini saya:	
Nama	: MUHAMMAD ROSIKHUN, S.Pd., M.M
Jabatan	: Kepala Sekolah
Instansi	: SMK MASKUMAMBANG 1 DUKUN
Alamat Instansi	: Pondok Pesantren Maskumambang RT. 006RW. 003 Ds. Sembungan Kidul, Kec. Dukun, Kab. Gresik
Mererangkan bahwa :	
Nama	: KURNIAWAN
NIM	: 16500104
Program Studi	: Pendidikan Jasmani
Waktu Penelitian	: 18 November 2019 s/d 26 Desember 2019
Adalah sudah benar-benar melakukan Penelitian di SMK MASKUMAMBANG 1 DUKUN pada bulan November s/d Desember tahun 2019 untuk menyusun Skripsi/Tugas kuliah dengan judul "Pengaruh Latihan Skipping Terhadap Tinggi Lompatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMK MASKUMAMBANG DUKUN Gresik"	
Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana perlunya.	
Gresik, 27 Desember 2019 Kepala SMK Maskumambang 1 Dukun	
 _____ MUHAMMAD ROSIKHUN, S.Pd., M.M	



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa
UM
Program Studi
Judul Skripsi

Kurniawan
165000104
Pendidikan Jurnalistik
Pengaruh Latihan Slipping Terhadap Tinggi
Lompatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di
SMK Maskumambang 1 Dukun - Gresik

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	31 Juli 2019	Pengajuan Judul	[Signature]
2	06 Agustus 2019	ACC Judul	[Signature]
3	13 Agustus 2019	Pengajuan bab I	[Signature]
4	20 Agustus 2019	Revisi bab I	[Signature]
5	12 Agustus 2019	Pengajuan bab II, III	[Signature]
6	25 November 2019	Revisi bab II, III	[Signature]
7	11 Desember 2019	Pengajuan bab IV, V	[Signature]
8	18 Desember 2019	Revisi bab IV, V	[Signature]
9	03 Januari 2020	Penyerahan bab I-V	[Signature]
10	09 Januari 2020	ACC Skripsi	[Signature]

Selesai bimbingan skripsi tanggal 09 Januari 2020

Mengetahui
Dekan FKIP,



L.M.Si.
NIP. 196801031992031003

Dosen Pembimbing,

[Signature]

Ismawandi B.P., Drs., M.Pd
NIP / NPP. 0605442

Lampiran 5. Format revisi skripsi



Universitas PGRI
Adi Buana Surabaya

FAKULTAS KEGURUBAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus 1: Jl. Ngurah Rai No. 6131 Telp. (031) 593421, 596067 Fax. (031) 596304 Surabaya 60134

Kampus 2: Jl. Unkrah Mestawati No. 7 Telp. (031) 491310, 4281143, 4281144 Surabaya 60134

<http://fkip.unpriadiabuana.ac.id/>

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Kurniawan
NIM : 165900104
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Ujian Skripsi : 22 - 01 - 2020
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Tinggi Lompatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMK Maskumambang 1 Dukun - Gresik
Penguji I : Dr. Suharti, MPd., AIFO, Fit
Penguji II : Ismawandi B P, Drs., M.pd.

No	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II
1	Tata tulis		
2	Populas dan Sampel		
3	BAB II		
4	BAB III		
5			
dst.			

Batas waktu revisi skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi.

Dosen Penguji I,

Dr. Suharti, MPd., AIFO-FTT
(NIDN. 07120640)

Dosen Penguji II,

Ismawandi B P, Drs., M.Pd
(Nip / Npp . 0605442)

Lampiran 6: Hasil Tes Tinggi Lompatan (*Vertical Jump*)

1. Hasil *Pretest Vertical Jump*

No	Nama	Tinggi Raihan	Tes Vertical Jump			Hasil Terbaik	Total	Nilai
			1	2	3			
1	AMIR	164	201	217	200	217	53	3
2	IBAD	162	202	205	212	212	50	3
3	ZAID	162	213	207	205	213	51	3
4	FASIK	158	194	200	205	205	47	2
5	ZUNI	165	198	213	220	220	55	3
6	ALEX	157	203	194	198	203	46	2
7	ERIK	155	201	192	199	201	46	2
8	BUDI	161	198	211	211	211	50	3
9	HERU	160	210	200	207	210	50	3
10	HANI	159	202	209	212	212	53	3
11	RIDHO	166	219	219	215	219	53	3
12	ABDI	156	190	193	201	201	45	2
13	WASIS	159	207	200	201	207	48	2
14	FANI	161	209	211	218	218	57	3
15	IHWAN	161	213	213	209	213	52	3
16	SYAIF	164	210	219	212	219	55	3
17	ARIF	165	211	218	220	220	55	3
18	ZOHZN	157	201	200	192	201	44	2
19	DIKI	158	198	195	205	205	47	2
20	IFAN	166	211	217	220	220	54	2

2. Hasil *Posttest Vertical Jump*

No	Nama	Tinggi Raihan	Tes Vertical Jump			Hasil Terbaik	Total	Nilai
			I	II	III			
1	AMIR	164	229	215	221	229	65	4
2	IBAD	162	217	225	200	225	63	4
3	ZAID	162	217	222	225	225	63	4
4	FASIK	158	207	211	219	219	61	4
5	ZUNI	165	225	212	233	233	68	4
6	ALEX	157	198	200	203	203	46	4
7	ERIK	155	212	217	197	217	62	4
8	BUDI	161	227	212	222	227	66	4
9	HERU	160	211	225	209	225	65	4
10	HANI	159	227	219	220	227	68	4
11	RIDHO	166	233	224	220	233	67	4
12	ABDI	156	208	218	210	218	62	4
13	WASIS	159	202	212	219	219	60	4
14	FANI	161	232	222	219	232	71	4
15	IHWAN	161	220	219	226	226	65	4
16	SYAIF	164	230	217	222	230	66	4
17	ARIF	165	228	228	223	228	63	4
18	ZOHAN	157	211	218	200	218	61	4
19	DIKI	158	210	202	219	219	61	4
20	IFAN	166	233	211	218	233	67	4

Lampiran 7 : Hasil Uji Analisis data Menggunakan SPSS 22.0

1. Deskriptive Statistics

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	20	44	57	50.55	3.845
Posttest	20	60	71	64.20	3.071
Valid N (listwise)	20				

2. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest	Posttest
N		20	20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	50.55	64.20
	Std. Deviation	3.845	3.071
Most Extreme Differences	Absolute	.138	.152
	Positive	.122	.152
	Negative	-.138	-.103
Test Statistic		.138	.152
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

3. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Posttest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.492	4	8	.292

Lampiran 8. Uji Hipotesis

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Posttest	64.20	20	3.071	.687
	Pretest	50.55	20	3.845	.860

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	13.650	2.134	.477	12.651	14.649	28.602	19	.000

Lampiran 9 . Tabel Taraf Signifikansi

Df = Taraf Signifikansi

dua sisi	20%	10%	5%	2%	1%	0,2%	0,1%
satu sisi	10%	5%	2,5%	1%	0,5%	0,1%	0,05%
1	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657	318,309	636,619
2	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925	22,327	31,599
3	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841	10,215	12,924
4	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604	7,173	8,610
5	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032	5,893	6,869
6	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707	5,208	5,959
7	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499	4,785	5,408
8	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355	4,501	5,041
9	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250	4,297	4,781
10	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169	4,144	4,587
11	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106	4,025	4,437
12	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055	3,930	4,318
13	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012	3,852	4,221

14	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977	3,787	4,140
15	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947	3,733	4,073
16	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921	3,686	4,015
17	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898	3,646	3,965
18	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878	3,610	3,922
19	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861	3,579	3,883
20	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845	3,552	3,850
21	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831	3,527	3,819
22	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819	3,505	3,792
23	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807	3,485	3,768
24	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797	3,467	3,745
25	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787	3,450	3,725
26	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779	3,435	3,707
27	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771	3,421	3,690
28	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763	3,408	3,674
29	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756	3,396	3,659
30	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750	3,385	3,646
31	1,309	1,696	2,040	2,453	2,744	3,375	3,633
32	1,309	1,694	2,037	2,449	2,738	3,365	3,622

33	1,308	1,692	2,035	2,445	2,733	3,356	3,611
34	1,307	1,691	2,032	2,441	2,728	3,348	3,601
35	1,306	1,690	2,030	2,438	2,724	3,340	3,591
36	1,306	1,688	2,028	2,434	2,719	3,333	3,582
37	1,305	1,687	2,026	2,431	2,715	3,326	3,574
38	1,304	1,686	2,024	2,429	2,712	3,319	3,566
39	1,304	1,685	2,023	2,426	2,708	3,313	3,558
40	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704	3,307	3,551
41	1,303	1,683	2,020	2,421	2,701	3,301	3,544
42	1,302	1,682	2,018	2,418	2,698	3,296	3,538
43	1,302	1,681	2,017	2,416	2,695	3,291	3,532
44	1,301	1,680	2,015	2,414	2,692	3,286	3,526
45	1,301	1,679	2,014	2,412	2,690	3,281	3,520
46	1,300	1,679	2,013	2,410	2,687	3,277	3,515
47	1,300	1,678	2,012	2,408	2,685	3,273	3,510
48	1,299	1,677	2,011	2,407	2,682	3,269	3,505
49	1,299	1,677	2,010	2,405	2,680	3,265	3,500
50	1,299	1,676	2,009	2,403	2,678	3,261	3,496
51	1,298	1,675	2,008	2,402	2,676	3,258	3,492

52	1,298	1,675	2,007	2,400	2,674	3,255	3,488
53	1,298	1,674	2,006	2,399	2,672	3,251	3,484
54	1,297	1,674	2,005	2,397	2,670	3,248	3,480
55	1,297	1,673	2,004	2,396	2,668	3,245	3,476
56	1,297	1,673	2,003	2,395	2,667	3,242	3,473
57	1,297	1,672	2,002	2,394	2,665	3,239	3,470
58	1,296	1,672	2,002	2,392	2,663	3,237	3,466
59	1,296	1,671	2,001	2,391	2,662	3,234	3,463
60	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660	3,232	3,460
61	1,296	1,670	2,000	2,389	2,659	3,229	3,457
62	1,295	1,670	1,999	2,388	2,657	3,227	3,454
63	1,295	1,669	1,998	2,387	2,656	3,225	3,452
64	1,295	1,669	1,998	2,386	2,655	3,223	3,449
65	1,295	1,669	1,997	2,385	2,654	3,220	3,447
66	1,295	1,668	1,997	2,384	2,652	3,218	3,444
67	1,294	1,668	1,996	2,383	2,651	3,216	3,442
68	1,294	1,668	1,995	2,382	2,650	3,214	3,439
69	1,294	1,667	1,995	2,382	2,649	3,213	3,437
70	1,294	1,667	1,994	2,381	2,648	3,211	3,435

71	1,294	1,667	1,994	2,380	2,647	3,209	3,433
72	1,293	1,666	1,993	2,379	2,646	3,207	3,431
73	1,293	1,666	1,993	2,379	2,645	3,206	3,429
74	1,293	1,666	1,993	2,378	2,644	3,204	3,427
75	1,293	1,665	1,992	2,377	2,643	3,202	3,425
76	1,293	1,665	1,992	2,376	2,642	3,201	3,423
77	1,293	1,665	1,991	2,376	2,641	3,199	3,421
78	1,292	1,665	1,991	2,375	2,640	3,198	3,420
79	1,292	1,664	1,990	2,374	2,640	3,197	3,418
80	1,292	1,664	1,990	2,374	2,639	3,195	3,416
81	1,292	1,664	1,990	2,373	2,638	3,194	3,415
82	1,292	1,664	1,989	2,373	2,637	3,193	3,413
83	1,292	1,663	1,989	2,372	2,636	3,191	3,412
84	1,292	1,663	1,989	2,372	2,636	3,190	3,410
85	1,292	1,663	1,988	2,371	2,635	3,189	3,409
86	1,291	1,663	1,988	2,370	2,634	3,188	3,407
87	1,291	1,663	1,988	2,370	2,634	3,187	3,406
88	1,291	1,662	1,987	2,369	2,633	3,185	3,405
89	1,291	1,662	1,987	2,369	2,632	3,184	3,403

90	1,291	1,662	1,987	2,368	2,632	3,183	3,402
91	1,291	1,662	1,986	2,368	2,631	3,182	3,401
92	1,291	1,662	1,986	2,368	2,630	3,181	3,399
93	1,291	1,661	1,986	2,367	2,630	3,180	3,398
94	1,291	1,661	1,986	2,367	2,629	3,179	3,397
95	1,291	1,661	1,985	2,366	2,629	3,178	3,396
96	1,290	1,661	1,985	2,366	2,628	3,177	3,395
97	1,290	1,661	1,985	2,365	2,627	3,176	3,394
98	1,290	1,661	1,984	2,365	2,627	3,175	3,393
99	1,290	1,660	1,984	2,365	2,626	3,175	3,392
100	1,290	1,660	1,984	2,364	2,626	3,174	

Lampiran 10 .



Gambar 1. siswa melakukan pemanasan

Lampiran 11 .



Gambar 2. siswa *pretest skipping*



Gambar 3. Awalan *pretest Vertical Jump*

Lampiran 12



Gambar 4. *Pretest Vertical Jump*

Lampiran 13



Gambar 4. Posttest *skipping*



Gambar 5. Awalan Posttest *Vertical Jump*

Lampiran 14



Gambar 6. Posttest Vertical Jump