

LAMPIRAN-LAMPIRAN

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Galih Dwi Fahmi
 NIM : 195900087
 Program Studi : Pendidikan Jasmani
 Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Forward Dan Backward
 Handgrip Terhadap Hasil Keterampilan
 Ketepatan Smash Bulutangkis.

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	12-04-2022	Bimbingan skripsi	
2	22-04-2022	Menyerahkan Bab I	
3	16-06-2022	Menyerahkan Bab II	
4	18-07-2022	Menyerahkan Bab III	
5	01-08-2022	Revisi Bab I, II, dan III	
6	05-12-2022	Menyerahkan Bab IV	
7	19-12-2022	Menyerahkan Bab V	
6	26-12-2022	Menyerahkan Bab I, II, III, IV, V	
7	02-01-2023	Revisi Bab I, II, III, IV, dan V	
8	05-01-2023	ACC Skripsi	

Dosen Pembimbing



Achmad Nuryadi, S.pd., M.Pd.

NIDN.0724097301


Lampiran 2 Format Revisi Skripsi

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama : Galih Dwi Fahmi
 NIM : 195900087
 Program Studi : Pendidikan Jasmani
 Tanggal Ujian Skripsi : 9 Januari 2023
 Fakultas : Pedagogi Dan Psikologi
 Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Forward Dan Backward Handgrip Terhadap Hasil Keterampilan Ketepatan Smash Bulutangkis.
 Penguji I : Achmad Nuryadi, S.pd., M.pd
 Penguji II : Shandy Pieter P, S.pd., M.Pd.
 Penguji III : Ramadhany H.P, S.pd., M.pd.

No	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II	Penguji III
1.	Abstrak Dan Daftar Pustaka			
2.	SOP Dan Norma Latihan Tes			
3.	Kajian Pustaka Dan Literatur Diperbanyak			
4.	Program Latihan			
5.	Norma Tes			
6.	Tiori Smash			
7.	Kajian Pustaka Terkait Variabel Bebas Dan Terikat			

Penguji I



Achmad Nuryadi, S.pd., M.Pd.
 NIDN.0724097301

Penguji II



Shandy Pieter P, S.pd., M.Pd.
 NIDN.0724097301

Penguji III



Ramadhany Harmanto P, S.pd., M.Pd.
 NIDN.0701058802

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian

	
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA <small>Kampus I : J. Ngipal Dadi II-B/37 Telp. (031) 5855127, 5041097 Fax. (031) 5042984 Surabaya 60248 Kampus II : J. Dukuh Masinggil XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.</small>	
Nomor	: 975/Ak.2/FPP/XII/2022
Lampiran	: -
Perihal	: Permohonan Izin Penelitian
<p>Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua PB. Sumber rezeki Jln. Sekaran pasuk di Lamongan</p>	
<p>Dengan hormat, 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/Ketua PB. Sumber rezeki berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:</p>	
Nama	: Galih Dwi fahmi
NIM	: 195900087
Program Studi	: Pendidikan Jasmani
Fakultas	: Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian	: Pengaruh Latihan Forward Dan Backward Handgrip Terhadap Hasil Keterampilan Ketepatan Smash Pada Pemain bulu tangkis
<p>Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama diucapkan terima kasih.</p>	
<p>Surabaya, 27 Desember 2022</p>	
	
<p>Dr. Sahriati Rentika Hadi, M.Kes. NIP. 196702091992031002</p>	
<p>Tembusan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wakil Dekan I 2. Kaprodi 	

Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian

Pemanasan



Pretest



Treatment menggunakan Handgrip



Latihan Smash berpasangan



Posttest



Cooling Down



Lampiran 5 Program Latihan Keterampilan Ketepatan Smash

Hari/Tanggal		Ket.	Repetisi	Set	Rest
Minggu Ke-1	Senin, 05 September 2022	Adaptasi Fisiologi dan <i>Pre Test</i>	-	-	-
	Rabu, 07 September 2022				
	Jumat, 09 September 2022				
Minggu Ke-2	Senin, 12 September 2022	<i>Treatment</i>	70%	3	2 Menit
	Rabu, 14 September 2022		70%	3	2 Menit
	Jumat, 16 September 2022		70%	3	2 Menit
Minggu Ke-3	Senin, 19 September 2022		70%	3	2 Menit
	Rabu, 21 September 2022		70%	3	2 Menit
	Jumat, 23 September		70%	3	2 Menit

	2022				
Minggu Ke-4	Senin, 26 September 2022		70%	3	2 Menit
	Rabu, 28 September 2022		70%	3	2 Menit
	Jumat, 30 September 2022		70%	3	2 Menit
Minggu Ke-5	Senin, 03 Oktober 2022		70%	3	2 Menit
	Rabu, 05 Oktober 2022		70%	3	2 Menit
	Jumat, 07 Oktober 2022		70%	3	2 Menit
Minggu Ke-6	Senin, 10 Oktober 2022		70%	3	2 Menit
	Rabu, 12 Oktober 2022		70%	3	2 Menit
	Jumat, 14 Oktober		70%	3	2 Menit

	2022			
Minggu ke-7	Senin, 17 Oktober 2022		80%	3 3 Menit
	Rabu, 19 Oktober 2022		80%	3 3 Menit
	Jumat, 21 Oktober 2022		80%	3 3 Menit
Minggu ke-8	Senin, 24 Oktober 2022		80%	3 3 Menit
	Rabu, 26 Oktober 2022		80%	3 3 Menit
	Jumat, 28 Oktober 2022		80%	3 3 Menit
Minggu ke-9	Senin, 31 Oktober 2022		80%	3 3 Menit
	Rabu, 02 November 2022		80%	3 3 Menit
	Jumat, 04 Noember		80%	3 3 Menit

	2022			
Minggu ke-10	Senin, 07 November 2022		80%	3 3 Menit
	Rabu, 09 November 2022		80%	3 3 Menit
	Jumat, 11 November 2022		80%	3 3 Menit
Minggu ke-11	Senin, 14 November 2022		80%	3 3 Menit
	Rabu, 16 November 2022		80%	3 3 Menit
	Jumat, 18 November 2022		80%	3 3 Menit
Minggu ke-12	Senin, 21 November 2022		80%	3 3 Menit
	Rabu, 23 November 2022		80%	3 3 Menit
	Jumat, 25 November		80%	3 3 Menit

	2022				
Minggu ke-13	Senin, 28 November 2022	<i>Post Test</i>	-	-	
	Rabu, 30 November 2022				
	Jumat, 02 Desember 2022				