

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Depdikbud. 1996. *Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Djumidar. 2005. *Dasar-Dasar Atletik*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional.
- Fadjarudin, Muchlis. 2020. *Budaya 3M Harus Konsisten Untuk Cegah Covid-19*. Tersedia pada <https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2020/budaya-3m-harus-konsisten-untuk-cegah-covid-19/>. Diakses tanggal 20/11/20.
- Frey B.B. 2018. *The Sage Encyclopedia of Educational Research, Measurement, and Evaluation*.
- Ghozali, Imam. 2005. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan SPSS*. Semarang: Badan Penerbit UNDIP.
- Halodoc, Redaksi. 2019. *Hipoksia*. Tersedia pada <https://www.halodoc.com/kesehatan/hipoksia>. Diakses tanggal 20/11/20.
- IBM U. 2016. *IBM SPSS Software*.
- Mufiyadi U. 2013. *Journal Of Separation Science and Engineering*.
- Onii, Chan. 2007. *Menurut Sugiyono 2007 Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi*. Tersedia pada <https://www.coursehero.com/file/p54esc3r/Menurut->

Sugiyono-2007-pedoman-untuk-memberikan-interpretasi-koefisien-korelasi/. Diakses tanggal 4/2/21.

Pendidikan. Guru. 2021. *Standar Deviasi*. Tersedia pada <https://www.gurupendidikan.co.id/standar-deviasi/> . Diakses tanggal 13/2/21.

Pristiangga. 2019. *Pengertian, Teknik Dasar dan Peraturan Lari Jarak Jauh (Lengkap)*. Tersedia pada <https://percepat.com/lari-jarak-jauh/> . Diakses tanggal 12/12/20.

Rasyid, Abdul. 2012. *Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki Terhadap Kemampuan Lari 100 Meter Pada Siswa Putra KELAS XI SMA Negeri Sirenja*. Palu Sulawesi Tengah : PJKR Univ Tadulako.

Romlah, Sarotun. 2020. *Pengertian Lari Jarak Jauh, Sejarah, Tujuan, Teknik, dan Aturan Permainannya*. Tersedia pada <https://dosenpenjas.com/lari-jarak-jauh/> . Diakses tanggal 12/12/20.

Sri, Nafilah S.K. 2020. *Kondisi Terkini Kota Wuhan, Tempat Pandemi Virus Corona Bermula*. Tersedia pada <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5128931/kondisi-terkini-kota-wuhan-tempat-pandemi-virus-corona-bermula>. Diakses 20/11/20.

Sujarweni, V. Wiratna. 2014. *Metode Penelitian :Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.

Sukmadinata, Nana Syaodah. 2005. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

Suryani, Hendryadi. 2010. *Populasi dan Sampel*. Tersedia pada <https://teorionline.wordpress.com/2010/01/24/populasi-dan-sampel/>. Diakses tanggal 20/11/20.

Wahyudi, Mohammad R. 2016. *Tabel Penilaian Tes Lari 2,4 Km*. Tersedia pada

<https://id.scribd.com/doc/303347788/Tabel-Penilaian-Tes-Lari-2-4km>. Diakses tanggal 28/11/20.

Zahra, Kaifia. 2020. *Gejala Hipercapnia Yang Harus Anda Waspadai*. Tersedia pada <https://www.yesdok.com/id/article/gejala-hiperkapnia-yang-harus-anda-waspadai/#>. Diakses tanggal 20/11/20.

Lampiran 1 Berita Acara Bimbingan Skripsi























FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax., (031) 5662804 Surabaya 60245
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Syahrul Ramadhan
NIM : 175900129
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan
Masker Terhadap
Kemampuan Lari TKJ1
Usia 16-19 Tahun.

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing 1	Pembimbing 2
1.	21-10-2020	Pembuatan Matriks Penelitian		
2.	24-10-2020	Konsultasi Matriks		
3.	26-10-2020	Bab 1 Pendahuluan		
4.	02-11-2020	Konsultasi Bab 1		
5.	11-11-2020	Bab 2 dan Bab 3		
6.	24-11-2020	Konsultasi Bab 2 dan Bab 3		
7.	03-12-2020	Persiapan Seminar Proposal		
8.	07-01-2021	Penelitian dan Bab 4 & 5		

9.	05-02-2021	Konsultasi dan Pemberkasan		
10.	09-02-2021	Persiapan Sidang Skripsi		

Selesai bimbingan skripsi tanggal 8 februari 2021.

Dosen Pembimbing I



Dr. dr. Hayati, M.Kes.
NIDN. 0030087007

Dosen Pembimbing II



Shandy Pieter Pelamonia, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0729058804

Mengetahui,
Dekan FPP



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.
NIDN. 0009026702

Lampiran 2 Format Revisi Skripsi







FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245
Kampus II : Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Syahrul Ramadhan
NIM : 175900129
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Ujian : 10 Februari 2021
Skripsi
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Masker
Terhadap Kemampuan Lari
TKJI Usia 16-19 Tahun.
Penguji I : Dr. dr. Hayati, M.Kes.
Penguji II : Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.
Penguji III : Shandy Pieter, S.Pd, M.Pd.

No	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II	Penguji III
1.	Judul			
2.	Abstrak			
3.	Peletakkan Halaman			
4.	Tujuan Khusus			
5.	Latar Belakang			
6.	Rancangan Penelitian			
7.	Populasi			
8.	Analisis Data			
9.	Pembahasan			
10.	Simpulan dan Saran			
11.	Penulisan Daftar Pustaka			

12.	Lampiran			
-----	----------	---	---	---

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

Dosen Penguji I



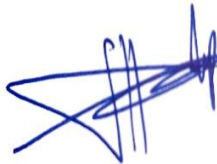
Dr. dr. Hayati, M.Kes.
NIDN. 0030087007

Dosen Penguji II



Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.
NIDN. 0722106102

Dosen Penguji III



Shandy Pieter Pelamonia, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0729058804

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian



**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245
Kampus II : Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

Nomor : 482/Ak.1/FPP/II/2021
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua
SMKN 4 Surabaya
Jl Kranggan No 81-101
di Surabaya

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 SMKN 4 Surabaya berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Syahrul Ramadhan
NIM : 175900129
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian : Pengaruh Penggunaan Masker Terhadap Kemampuan Lari TKJI Usia 16-19 tahun

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama diucapkan terima kasih.

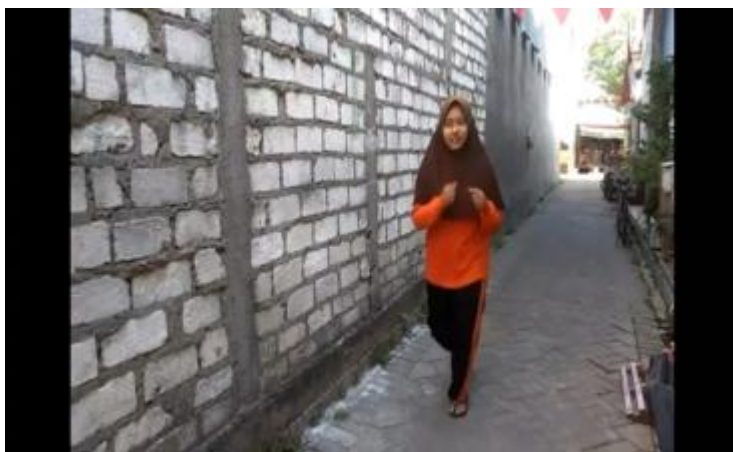
Surabaya, 3 Februari 2021



Tembusan :
1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi


Dr. Renjika Hadi, M. Kes.
NIP. 196702091992031002

Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian Lari TKJI Usia 16-19 tahun tanpa menggunakan masker.



Keterangan :

Berikut adalah sampel tes lari TKJI usia 16-19 tahun tanpa menggunakan masker yang dilakukan sendiri di rumah masing-masing. Tujuan dari lari tersebut yaitu untuk mengetahui waktu yang ditempuh saat lari TKJI dengan jarak 1200 meter. Yang melakukan lari TKJI tanpa menggunakan masker berjumlah 19 anak. Setiap siswi setelah melakukan lari TKJI, mengirim dokumentasi dan Perolehan waktu yang ditempuh. Kemudian dari perolehan waktu tempuh di konversikan dengan pedoman norma TKJI untuk mendapatkan nilai yang akan diperoleh peserta lari TKJI.

Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian Lari TKJI Usia 16-19 tahun dengan menggunakan masker.



Keterangan :

Ini adalah beberapa bentuk dokumentasi dari perwakilan siswi yang telah melakukan lari TKJI usia 16-19 tahun dengan menggunakan masker. Kelompok siswi yang berlari dengan menggunakan masker berjumlah 19 anak. Tes lari ini dilakukan di rumah masing-masing dengan menggunakan alat bantu stopwatch untuk mengetahui waktu yang ditempuh selama lari TKJI 1200 meter. Kemudian dalam menentukan nilai yang akan diperoleh setiap peserta lari dengan berpedoman pada norma TKJI berdasarkan waktu yang dihasilkan saat lari TKJI.

Lampiran 6 Biodata siswa SMKN 4 Surabaya Kelas XI Pemasaran 3.

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin
1	Adinda Menik S.F	16	Perempuan
2	Adinda Nurul R.	16	Perempuan
3	Andhini	16	Perempuan
4	Andini Anjar Kasih	16	Perempuan
5	Andini Nur A.Z.	16	Perempuan
6	Ardelia Belvana N.	17	Perempuan
7	Ardila Dwi M.	16	Perempuan
8	Bella Sofia	16	Perempuan
9	Biof Ignacio	16	Perempuan
10	Catherine A.G.	17	Perempuan
11	Cyntia Dewi Z.	16	Perempuan
12	Danela Vinca P.	16	Perempuan
13	Desi Kurniawati N.	16	Perempuan
14	Deswinta P.P.	16	Perempuan
15	Devalina Kartika P.	17	Perempuan
16	Erika Meisya P.	16	Perempuan
17	Hidayatul Islamiyah	16	Perempuan
18	Ika Syahrotul R.	16	Perempuan
19	Kheylila Neema P.	16	Perempuan
20	Khusnul Tri U.	16	Perempuan
21	Lauera	17	Perempuan
22	Maya Eka Pradita	16	Perempuan
23	Nabila Aisyah L.	16	Perempuan
24	Nabila Atahiya	16	Perempuan
25	Nabila Dwi R.	16	Perempuan
26	Najwa Aurelly	16	Perempuan
27	Natania Febriyanti	16	Perempuan
28	Novita Indah D.A.	16	Perempuan

29	Oktavia Regita R.	16	Perempuan
30	Ribka Apreliani	16	Perempuan
31	Rida Eka S.	16	Perempuan
32	Salsabila Putri M.	16	Perempuan
33	Siti Aisyah	16	Perempuan
34	Trianti Nur S.	17	Perempuan
35	Vernanda Gita F.	16	Perempuan
36	Ullyah Ari W.	16	Perempuan
37	Vira Amelia	16	Perempuan
38	Winda Julita V.	16	Perempuan


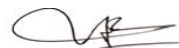

Lampiran 5 Berita Acara Ujian Skripsi

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari Rabu tanggal 10 bulan Februari tahun 2021 telah dilaksanakan ujian skripsi dari:

Nama Mahasiswa : Syahrul Ramadhan
NIM : 175900129
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : PENGARUH PENGGUNAAN MASKER
TERHADAP KEMAMPUAN LARI TES
KESEGERAN JASMANI INDONESIA
USIA 16-19 TAHUN

Dewan Penguji

NO	NAMA PENGUJI	JABATAN	NILAI	TANDA TANGAN
1	Dr. Hayati, dr., M.kes.	Ketua	A	
2	Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.	Anggota	A	
3	Shandy Pieter, S.Pd., M.Pd.	Anggota	A	
Total Nilai =		Rata-rata =	NA=	



Dewan Penguji
Ketua



Dr. Hayati, dr., M.Kes.

Keterangan:

1. Pembimbing 1 sebagai Ketua Dewan Penguji
2. Pembimbing 2 (jika ada) atau penguji tamu sebagai Anggota
3. Penguji tamu sebagai Anggota

Pedoman Nilai Akhir (NA):

A = 86 - 100	C+ = 61 - 65
A- = 80 - 85	C = 56 - 60
B+ = 76 - 79	D = 41 - 55
B = 70 - 75	E = 0 - 40
B- = 66 - 69	

