

Daftar Pustaka

- A. Sarumpaet. (1992). *Permainan Besar*. Jakarta.
- Arif, B. (2014). Pengaruh Latihan Sirkuit Kombinasi Teknik terhadap Tingkat Kebugaran Aerobik, Teknik Passing dan Kelentukan Anggota Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Sayegan. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Batty, E. (2007). *Latihan Metode Baru Sepakbola Pertahanan*. Bandung: CV Pionir Jaya.
- Bulqini, A. D. (2016). *Sepak Bola*. Surabaya: Unipress.
- Cholid A. (2013). *Pembinaan sepak bola sekolah dini*. Adi Buana University Press.
- Dadang, G. (2013). *Pengaruh Circuit Training Terhadap Kemampuan Shooting Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola Sma Negeri 1 kotagajah*. Bandar lampung: Universitas Lampung.
- Dwijowinoto. (1993). *Dasar - Dasar Ilmiah Kepelatihan*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Fitria Heru Widodo. (2010). Pengaruh latihan sirkuit training terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa kelas II SMK N 1 Juwiring Klaten. FIK UNY.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK.

- Joseph. (2004). *Sepakbola Langkah–langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Juita, ramadi. (2013). *Pengaruh latihan Circuit Training Terhadap Daya Tahan Atlet Sepakbola SSB Rumbai Junior*. Riau: Universitas Riau.
- Kurniawan, A. (2017). *Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putera Kelas VIII SMP Negeri 19 Bandar Lampung*. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Lutan, R. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK.
- Lutan, Rusli dan Suherman, A. (2000). *Pengukuran Dan Evaluasi Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Luxbacher, J. (2004). *Sepakbola Langkah – langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja grafindo Persada.
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unipress.
- Mielke, D. (2007). *Dasar – Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2*. Jakarta: Erlangga.
- Muhammad Tamammudin. (2020). *Pengaruh Latihan Metode Circuit Training Terhadap Keterampilan Shooting Sepakbola*.
- Suharjana. (2004). *Metode Circuit Training dalam kebugaran jasmani*.

Lampiran 1



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 60234

Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

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

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Yoga Galih Prakoso
NIM : 175900186
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Ujian Skripsi : 8 Februari 2021
Judul Skripsi : Latihan Sirkuit Upaya Meningkatkan Ketepatan Shooting di SSB Puma Satria Surabaya Usia 10-12 Tahun

Penguji I : Dr. Harwanto, S.T., M.Pd
Penguji II : Riga Mardhika, S.Pd., M.Or
Penguji III : Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd

No	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II	Penguji III
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

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

Dosen Penguji I

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

Dosen Penguji II

Riga Mardhika, S.Pd., M.Or
NIDN. 0717088703

Dosen Penguji III

Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd
NIDN. 072004620

Lampiran 2



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 60234

Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

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

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Kijara
NIM : 175900115
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan *One Arm Dumbbell Extension* Terhadap Kualitas Poles Smash Bola Voli Siswa Kelas VIII SMP Hang Tuah 1 Surabaya

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Selesai bimbingan skripsi tanggal 1 februari 2021

Mengetahui
Dekan FPEP

Dosen Pembimbing

Dr. Drs. Santika Rentika Hadi, M.kes
NIDN. 0009026702

Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd
NIDN. 0720046203

Lampiran 3



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 : 07/Ak.1/FPP/XI/2020
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua
Ssb puma satria surabaya
Jl. Bogowonto Surabaya
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 Ssb puma satria surabaya berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Yoga Galih Prakoso
NIM : 175900186
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian : Latihan sirkuit upaya untuk meningkatkan ketepatan shooting di ssb puma satria surabaya usia 10-12 tahun

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

Surabaya, 30 November 2020



Dekan,

Dr. Sahtika Rentika Hadi., M.Kes.
NIP. 196702091992031002

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi

Lampiran 4

Dokumentasi Pretest



Lampiran 5

Dokumentasi Latihan *Sircuit*





Lampiran 6
Dokumentasi *Posttest*



Lampiran 7
Dokumentasi Foto bersama

