

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 1995. Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta

Arikunto, Suharsimi. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.

Hanief, Y. N., & Himawanto, W. (2017). Statistik Pendidikan. Yogyakarta: Deepublish.

Hanief, Y., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswi Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 60-73. doi:10.29407/js_unpgri.v1i1.575

Muhajir. 2006. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Erlangga

Muhajir. 2007. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Yudistira

Sugiyono. 2014. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta

<https://www.edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/89/pdf>
(Diakses pada 10 November 2020)

http://www.jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/445/pdf_1
(Diakses pada 10 November 2020)

https://www.cord.org/cord_ctl_overview.php
(Diakses pada 10 November 2020)

<https://www.statistikian.com/2012/10/variabel-penelitian.html>
(Diakses pada 10 November 2020)

<https://www.gurupendidikan.co.id/pengertian-senam/>
(Diakses pada 10 November 2020)

http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2018/12.1.01.09.0331.pdf

(Diakses pada 10 November 2020)

<https://www.scribd.com/document/471377899/89-386-1-PB>

(Diakses pada 10 November 2020)

<http://jayapanguspress.penerbit.org/index.php/cetta/article/view/454>

(Diakses pada 10 November 2020)

<https://www.ojed.org/index.php/jis/article/view/3208>

(Diakses pada 10 November 2020)

<http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/article/view/16186>

(Diakses pada 10 November 2020)

https://www.researchgate.net/publication/339505609_The_Influence_of_Physical_Fitness_Gymnastics_2017_and_Indonesian_Jaya_Gymnastics_toward_Flexibility_and_Endurance

(Diakses pada 10 November 2020)

<https://www.edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/89/pdf>

(Diakses pada 10 November 2020)

http://www.jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/445/pdf_1

(Diakses pada 10 November 2020)

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Fakultas



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I / Jl. Ngagel Dadi 40-4377 Telp. (031) 5013127, 5044097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60243
Kampus II / Jl. Dekah Munggul XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60254

Nomor : 277/Ak.1/FPP/2021
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua
SDN WARU 1 KABUPATEN SIDOARJO
JL. JEND. S. PARMAN V / 130 DESA WARU KECAMATAN WARU KABUPATEN
SIDOARJO 61256
di KABUPATEN SIDOARJO

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 SDN WARU 1 KABUPATEN SIDOARJO berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : ALDO NUGRAHA PUTRA
NIM : 175900016
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian : LATIHAN SENAM PRAMUKA UNTUK PENINGKATAN
KEBUGARAN SISWI DI MASA PANDEMI COVID 19 PADA
SDN WARU 1 KABUPATEN SIDOARJO

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

Surabaya, 4 Januari 2021



D. Santika Rentika Hadi, M.Kes.
NIP. 196702091992031002

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi

Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Sekolah Tujuan



PEMERINTAH KABUPATEN SIDOARJO SEKOLAH DASAR NEGERI WARU 1

Jl. Jend S Parman V No.130 Desa Wieu Kecamatan Waru Kabupaten
Sidoarjo
Telepon. 031-8552896
Email : sdn.waru1@gmail.com Website : www.sdnwaru1sidoarjo.sch.id

Sidoarjo, 06 Februari 2021

Kepada

Nomor : 421/21/438.5.1.1.485/2021 Yth Bpk. Dekan FFeP
Sifat : Penting Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes.
Lampiran: - di
Perihal : Surat Keterangan Penelitian Tempat

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : WIWIK SRI WIGATLS.Ag,MM
NIP : 19630712 198504 2 003
Pangkat/Golongan : Pembina TK. I / IV b
Jabatan : Kepala Sekolah
Alamat : Jl. Jend S Parman V No. 130 Waru Sidoarjo

Menerangkan nama di bawah ini telah melakukan penelitian mulai tanggal 04 Januari
sampai dengan 06 Februari 2021 dengan judul :

"LATIHAN SENAM PRAMUKA UNTUK PENINGKATAN KEBUGARAN SISWI DIMASA
PANDEMI COVID – 19 PADA SDN WARU 1 KABUPATEN SIDOARJO"

Nama : Aldo Nugraha Putra
NIM : 175900016
Program Studi : S1- Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Demikian surat Keterangan ini dibuat atas kejasamanya disampingkan TerimaKasih.

**KEPALA SEKOLAH UPT SD NEGERI
WARU 1**



Ditandatangani secara elektronik oleh

WIWIK SRI WIGATLS.Ag,MM
NIP. 196307121985042003

WIWIK SRI WIGATLS.Ag,MM

NIP.196307121985042003



Diketahui dan telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSN sesuai dengan Undang-Undang No. 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik, tanda tangan secara elektronik memiliki kekuatan hukum dan nilai setara yang sah.

**GAMBAR 1 : Sampel Siswi Penelitian
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 2 : Peneliti Menerangkan Maksud Dan Tujuan
Penelitian
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 3 : Perlakuan Latihan Senam Pramuka
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 4 : Perlakuan Sit – Up
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 5 : Perlakuan Sprint
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 6 :
Perlakuan Lari
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 7 : Perlakuan Siku / Pull - Up
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 8 : Perlakuan Vertical Jump
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 9 : Pengarahan TKJI
(DOK. PRIBADI)**



**GAMBAR 10 : Penutup
DOK. PRIBADI**

