



**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 : 703/Ak.2/FPP/IX/2022 Lampiran : -

Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.Bapak/Ibu Kepala/Ketua SMA Hang Tuah 1 Surabaya

Jl. Ikan Lumba-Lumba NO. 27, Perak Barat, Kec. Krembangan, Kota Surabaya, Jawa Timur,

Kode Pos 60177 di Kota 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 SMA Hang Tuah 1 Surabaya berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Mohamad Amirudin Fauzi

NIM : 185900155

Program Studi : Pendidikan Jasmani Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Push Up Bervariasi Terhadap Ketepatan Servis Bawah Pada Permainan Bola Voli Putra SMA Hang Tuah 1 Surabaya

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



Dekan,
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
Sentika Rentika Hadi
D. Sentika Rentika Hadi., M.Kes.
NIP. 196702091992031002

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi

Surabaya, 19 September 2022



YAYASAN HANG TUAH CABANG SURABAYA
SMA HANG TUAH – 1
(TERAKREDITASI A)
Jl. IKAN LUMBA-LUMBA No. 27 SURABAYA – 60177, Telp. (031) 3537810
Email : sma_hangtuah1_surabaya@yahoo.co.id
Website : <http://smahangtuah1sby.sch.id>

Nomor : B / 319 / IX / 2022 / SMA HT-1
Klasifikasi : Biasa
Lampiran : -
Perihal : **Pemberian Ijin Penelitian**

Surabaya, 26 September 2022

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (UNIPA)

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 505 3127, Surabaya
Kampus II : Jl. Dukuh Menanggal XII / 4 Surabaya, Telp. (031) 8281181

Di

Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti Surat dari Bapak/Ibu Dekan dengan nomor : 703 / Ak.2 / FPP / IX / 2022, tertanggal 19 September 2022 tentang **Permohonan Ijin Penelitian**, maka kami memberikan Ijin kepada :

Nama : **MOHAMAD AMIRUDIN FAUZI**
NIM : 185900155
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Data Penelitian : **Pengaruh Latihan Push Up Bervariasi Terhadap Ketepatan Servis Bawah Pada Permainan Bola Voli Putra SMA Hang Tuah 1 Surabaya.**

untuk melakukan Penelitian di SMA Hang Tuah 1 Surabaya.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

KEPALA,



WADI SUKIYANTO, S.Pd., M.M.

LAMPIRAN 3

Tabel Hasil Data *Pretest* Melakukan Test Servis Bawah Sebanyak 5x Percobaan Kelompok Eksperimen

No	Nama	Hasil Servis Bawah		Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Akhir
		1	2	3	4	5	
1	Adam Robben	3	2	5	2	3	17
2	Daffa Ihsan	1	1	5	4	3	14
3	Bryan Nouvle	3	4	2	2	3	14
4	Rafael Daffa	2	1	3	4	2	12
5	Rendra Duta	1	1	2	3	3	10
6	Rafly Hanggara	2	1	3	4	3	13
7	Moch Raihan	3	1	3	2	3	12
8	Alfian Kurniansyah	1	2	4	1	2	10
9	Panji Eka	2	1	2	3	2	10
10	Heikal Hakim	2	2	1	3	5	13
11	Bima Prakoso	1	1	2	3	4	11
12	M. Arvin	2	2	3	1	5	13
13	Moch Syahrul	3	1	2	3	2	11
14	Rafly Firman	2	2	3	4	2	13
15	Yogi Ragil	3	2	3	2	3	13

Tabel Hasil Data *Pretest* Melakukan Test Servis Bawah Sebanyak 5x Percobaan Kelompok Kontrol

No	Nama	Hasil Servis Bawah		Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Akhir
		1	2	3	4	5	
1	Farel Raezienskie	1	2	2	2	2	9
2	Bintang Rizky	1	2	3	4	2	12
3	Ariel Ilham	2	5	3	2	1	13
4	Ahmad Rafly	2	3	2	1	2	10
5	Marcel Safarudin	1	1	2	3	3	10
6	Moch Hilmi	2	1	3	4	1	11
7	Refa Saffanah	3	1	1	2	2	9
8	Vickri Prasetya	1	2	4	1	2	10
9	Alif July	2	1	2	3	2	10
10	Beno Setya	3	2	1	3	1	10
11	Hery Rachmat	1	1	5	3	2	12
12	Naufal Radithya	2	5	3	1	1	12
13	Satya Chandra	2	1	2	2	2	9
14	Muhammad Zidane	2	1	3	2	2	10
15	Prininda Kusuma	3	2	2	2	1	10

Tabel Hasil Data *Posttest* Melakukan Test Servis Bawah Sebanyak 5x Percobaan Kelompok Eksperimen

No	Nama	Hasil Servis Bawah		Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Akhir
		1	2	3	4	5	
1	Adam Robben	5	1	4	3	5	18
2	Daffa Ihsan	3	3	2	4	5	17
3	Bryan Nouvle	2	5	4	5	3	19
4	Rafael Daffa	1	5	3	4	5	18
5	Rendra Duta	2	3	5	2	5	17
6	Rafly Hanggara	4	2	4	2	5	17
7	Moch Raihan	4	3	5	1	2	15
8	Alfian Kurniansyah	3	5	1	4	5	18
9	Panji Eka	4	2	1	5	4	16
10	Heikal Hakim	5	3	2	1	4	15
11	Bima Prakoso	3	5	1	4	3	16
12	M. Arvin	4	1	5	2	4	16
13	Moch Syahrul	2	5	4	2	5	18
14	Rafly Firman	5	3	5	1	3	17
15	Yogi Ragil	1	5	2	5	2	15

Tabel Hasil Data *Postest* Melakukan Test Servis Bawah Sebanyak 5x Percobaan Kelompok Kontrol

No	Nama	Hasil Servis Bawah		Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Servis Bawah	Hasil Akhir
		1	2	3	4	5	
1	Farel Raezienskie	1	2	3	1	1	8
2	Bintang Rizky	1	1	3	3	2	10
3	Ariel Ilham	2	2	3	1	1	10
4	Ahmad Rafly	1	3	2	1	1	8
5	Marcel Safarudin	1	3	2	2	3	11
6	Moch Hilmi	2	1	1	2	1	7
7	Refa Saffanah	5	1	1	2	2	11
8	Vickri Prasetya	1	2	1	1	3	8
9	Alif July	2	1	2	3	1	9
10	Beno Setya	3	2	1	3	1	10
11	Hery Rachmat	1	3	2	3	2	11
12	Naufal Radithya	2	5	3	1	1	12
13	Satya Chandra	4	1	2	1	1	9
14	Muhammad Zidane	2	1	3	1	2	9
15	Prininda Kusuma	2	1	2	1	3	9

LAMPIRAN 4

TABEL SIPSS

1. Data Pretest dan Data Posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre_test_kontrol	15	9.00	13.00	10.4667	1.24595
Post_kontrol	15	7.00	12.00	9.4667	1.40746
Pre_test_eksperimen	15	10.00	17.00	12.4000	1.88225
Post_eksperimen	15	15.00	19.00	16.8000	1.26491
Valid N (listwise)	15				

Dapat dijelaskan bahwa, nilai pada jumlah sampel yaitu sebesar 15. Nilai mean pada kelompok pretest eksperimen sebesar 12.4000, pretest kontrol sebesar 10.4667, posstest kelompok eksperimen sebesar 16.8000, posstest kelompok eksperimen sebesar 9.4667.

2. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Pre_test_ kontrol	Post_ kontrol	Pre_test_ eksperimen	Post_ eksperimen
N	15	15	15	15
Mean	10.4667	9.4667	12.4000	16.8000
Normal Parameters ^{a,b} Std. Deviation	1.24595	1.40746	1.88225	1.26491
Most Extreme Differences	Absolute .313	.163	.175	.163
	Positive .313	.163	.175	.136
	Negative -.157	-.129	-.158	-.163
Kolmogorov-Smirnov Z	1.211	.632	.678	.631
Asymp. Sig. (2-tailed)	.106	.819	.748	.821

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dari data dapat dijelaskan bahwa nilai pada jumlah sampel yaitu sebesar 15. Nilai *sig* pada kelompok *pretest* eksperimen sebesar 748, *pretest* kontrol sebesar 106, *posstest* kelompok eksperimen sebesar 821, *posstest* kelompok kontrol sebesar 821. Nilai angka probabilitas atau signifikan menunjukkan > 0.05 maka distribusi data adalah normal.

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pre_test_kontrol	.753	1	13	.401
Post_kontrol	.709	1	13	.415
Pre_test_eksperimen	.348	1	13	.149
Post_eksperimen	.935	1	13	.188

Berdasarkan data diketahui bahwa nilai *levене statistic* kelompok *pretest* eksperimen sebesar 348, *pretest* kontrol sebesar 753, *posstest* kelompok eksperimen sebesar 935, *posstest* kelompok kontrol sebesar 709 dan nilai *sig* kelompok *pretest* eksperimen sebesar 149, *pretest* kontrol sebesar 401, *posstest* kelompok eksperimen sebesar 188, *posstest* kelompok kontrol sebesar 415 $> 0,05$, maka H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut memiliki varians yang sama atau dengan kata lain homogen.

LAMPIRAN 5

TABEL PROGRAM LATIHAN PERMAINAN BOLA VOLI
SMA HANG TUAH 1 SURABAYA

NO	Hari/Tanggal	Pendahuluan	Inti		Pendinginan
			Fisik	Teknik	
1	Senin, 3/10/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
2	Rabu, 5/10/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
4	Senin, 10/10/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
5	Rabu, 12/10/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
6	Senin, 17/10/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
7	Rabu, 19/10/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
10	Senin, 24/10/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
11	Rabu, 26/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa Menjelaskan Materi Latihan 	<ul style="list-style-type: none"> Jogging Latihan Push-Up 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Servis Bawah 	<ul style="list-style-type: none"> Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan

		<ul style="list-style-type: none"> • Pemanasan Statis dan Dinamis 	Bervariasi	selama 5x percobaan	n
12	Rabu, 2/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Menjelaskan Materi Latihan • Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogging • Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
13	Senin, 7/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Menjelaskan Materi Latihan • Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogging • Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
14	Rabu, 9/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Menjelaskan Materi Latihan • Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogging • Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
15	Senin, 14/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Menjelaskan Materi Latihan • Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogging • Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
16	Rabu, 16/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Menjelaskan Materi Latihan • Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogging • Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
17	Senin, 21/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Menjelaskan Materi Latihan • Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogging • Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan
18	Rabu, 23/11/2022	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Menjelaskan Materi Latihan • Pemanasan Statis dan Dinamis 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogging • Latihan Push-Up Bervariasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan Servis Bawah selama 5x percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi yang telah diajarkan/dilakukan

Mengetahui
Dosen Pembimbing

Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.

Surabaya, 19 November 2022
Mahasiswa

Mohamad Amirudin Fauzi

LAMPIRAN 6**JADWAL PENELITIAN**

NO	Jenis Kegiatan	Bulan				
		Agustus	September	Oktober	November	Desember
1	Pengumpulan Literatur	✓				
2	Permohonan Izin Penelitian		✓			
3	Pengumpulan Populasi		✓			
4	Pengambilan Sampel		✓	✓	✓	
5	Perlakuan (Program Latihan)		✓	✓	✓	
6	Pengolahan data (Analisis data)			✓	✓	
7	Pengumpulan Laporan					✓

LAMPIRAN 7

DOKUMENTASI



Gambar 1

Menjelaskan latihan Push-Up kepada kelompok eksperimen



Gambar 2

Menjelaskan kelompok Push-Up kepada kelompok kontrol



Gambar 3

Proses melakukan latihan Push-Up kelompok eksperimen



Gambar 4

Proses melakukan latihan Push-Up kelompok kontrol



Gambar 5

Proses melakukan servis bawah pada kelompok eksperimen



Gambar 6

Proses melakukan servis bawah pada kelompok kontrol



Gambar 7

Ketepatan bola servis bawah pada lapangan yang sudah ditentukan poinnya



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.

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

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Mohamad Amirudin Fauzi
NIM : 185900155
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Push Up Bervariasi Terhadap
Ketepatan Servis Bawah Pada Permainan Bola
Voli Putra Sma Hang Tuah 1 Surabaya
Penguji II : Gatot Marsigal Utomo, S.Pd., M.Pd.
Penguji III : Brahmana Rangga Prastyana, S.Pd., M.Pd.

Tanggal	Paraf Pembimbing	Keterangan
12 April 2022		Penetapan Judul Skripsi
18 Mei 2022		Pengajuan bab 1,2 dan 3
15 Juli 2022		Revisi bab 1,2 dan 3
01 Agustus 2022		Pengesahan bab 1,2 dan 3
16 November 2022		Pengajuan bab 4 dan 5
22 Januari 2022		Revisi bab 4 dan 5
6 Februari 2023		Pengesahan bab 1,2,3 4 dan 5

Surabaya, 22 Januari 2023



Dosen Pembimbing

Dr. Muhammad muhyi, M.Pd.
NIDN.0712127509



Unipa Surabaya

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.

<http://fpep.unipasbv.ac.id>

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Mohamad Amirudin Fauzi
NIM : 185900155
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Ujian Skripsi : 21 Desember 2022
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Push Up Bervariasi Terhadap
Ketepatan Servis Bawah Pada Permainan Bola
Voli Putra Sma Hang Tuah 1 Surabaya
Penguji II : Gatot Marsigal Utomo, S.Pd., M.Pd.
Penguji III : Brahmana Rangga Prastyana, S.Pd., M.Pd.

No	Materi Revisi	Penguji II	Penguji III
1	Materi Revisi Ada Dibelakang Skripsi		
2	Latar Belakang Lebih Dijelaskan		
3	Gambar Diperbaiki		
4	Kajian Pustaka Refrensi 2015 keatas		
5			
dst.			

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

Penguji I

Dr. Muhammad muhyi, M.Pd.

NIDN.0712127509

Penguji II

NIDN.0708108805

Penguji III

NIDN.0718108801