

**HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI
DAN KESEIMBANGAN DENGAN KEMAMPUAN
TENDANGAN *MAWASHI GERI* TIM KUMITE
KARATE FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



DWIRAMA EKA PUTRA

6315107891

Program studi

Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**Skripsi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan**

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN





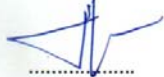
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2016

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP: 196705081993031001		22/01/16
Pembimbing II <u>Dr. Mansur Jauhari, M.Si</u> NIP: 197408152005011003		28/01/16

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua <u>Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si</u> NIP: 197004171999031002		29/1/16
Sekretaris <u>Hendro Wardoyo, M.Pd</u> NIP: 197205042005011002		26/1/16
Anggota 1 <u>Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP: 196705081993031001		22/01/16
Anggota 2 <u>Dr. Mansur Jauhari, M.Si</u> NIP: 197408152005011003		28/01/16
Anggota 3 <u>Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd</u> NIP: 196309171989031002		26/01/16

ABSTRAK

DWIRAMA EKA PUTRA. 2015. Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Tendangan Mawashi Geri Tim Kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Jakarta. Tim Pembimbing: Dr. Johansyah Lubis, M.Pd dan Dr. Mansur Jauhari, M.Si

Tujuan penelitian ini adalah: 1) untuk mengetahui kekuatan otot tungkai dengan kecepatan tendangan Mawashi Geri pada tim kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, 2) untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan tendangan Mawashi Geri pada tim kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, 3) untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai dan keseimbangan dengan kemampuan tendangan Mawashi Geri pada tim kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Populasi yang diteliti adalah seluruh tim kumite karate Universitas Negeri Jakarta dengan jumlah populasi 25 orang, dan sampel 25 orang dengan teknik total sampling. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta pada tanggal 10 juni 2015. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik survey korelasi, sampel yang digunakan yaitu Tim Kumite Karate Universitas Negeri Jakarta. Tes kekuatan otot tungkai (X_1) diukur dengan Leg Dynamometer, tes keseimbangan (X_2) diukur menggunakan Bass Test Of Dynamic Balance. Tes kecepatan tendangan Mawashi Geri (Y) diukur dengan menggunakan alat tes modifikasi kecepatan beladiri Johansyah. Teknik pengujian hipotesis dilakukan menggunakan teknis analisis regresi linear berganda yang dilanjutkan dengan uji-t pada taraf signifikan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan kecepatan tendangan Mawashi Geri pada tim kumite

Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, terdapat hubungan antara keseimbangan dengan kecepatan tendangan mawashi geri pada tim kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, dan terdapat hubungan secara bersama-sama dengan peningkatan tendangan Mawashi Geri pada tim kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

ABSTRACT

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PERNYATAAN

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala kekuatan dan rahmat yang diberikan olehNya atas terselesaikannya penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Tendangan *Mawashi Geri* Tim Kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta”, yang merupakan persyaratan untuk meraih gelar sarjana pendidikan pada Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak dibantu dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak Dr. Abdul Syukur, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta dan Ibu Dr. Ika Novitaria, S.Pd, SE, M.Si selaku Ketua Prodi Pendidikan Kepelatihan.

Kepada Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, selaku dosen pembimbing I, Bapak Dr. Mansur Jauhari, M.Si selaku dosen pembimbing II, dan Bapak Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd selaku penasehat akademik yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penghargaan dan terima kasih yang setulusnya kepada Ibunda tercinta Mayetti dan Ayahanda yang kusayangi Afrizal B yang telah mencurahkan segenap cinta dan kasih sayang serta perhatian moril maupun materil, dan juga untuk kakakku tersayang. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat, kesehatan, karunia dan keberkahan di dunia dan di akhirat atas limpahan kasih sayang dan ketulusan hati yang telah diberikan kepada peneliti.

Terima kasih kepada semua teman-teman seperjuangan mahasiswa pendidikan kepelatihan olahraga non-reg A dan B 2010 yang telah banyak membantu dengan dukungan moril bagi peneliti.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena itu peneliti memohon saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaannya dan bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, dan peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua dan menjadi masukan dalam dunia pendidikan.

Jakarta, 7 Januari 2016

Peneliti

Dwirama Eka Putra

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II KERANGKA TEORI, KERANGKA BERPIKIR, dan PENGUJIAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Teori.....	8
B. Kerangka Berpikir.....	22
C. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian.....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
C. Metode Penelitian.....	29
D. Populasi dan Teknik Pengumpulan Data.....	30
E. Instrumen Penelitian.....	30
F. Teknik Analisis Data.....	31

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	34
B. Uji Analisis Regresi Linear Berganda.....	38
C. Pembahasan.....	42

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	45

DAFTAR PUSTAKA.....	47
----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	xiii
----------------------	-------------

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 1	Deskripsi Data Penelitian	34
Tabel 2	Distribusi Frekuensi kekuatan Otot Tungkai	35
Tabel 3	Distribusi Keseimbangan	36
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Kecepatan Tendangan Mawashi Geri	37
Tabel 5	Uji Analisis Regresi Berganda	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Otot Kaki	14
Gambar 2 Tendangan Mawashi Geri	19
Gambar 3 Pangkal jari kaki Dalam Tendangan	19
Gambar 4 Posisi awal tendangan Mawashi Geri	20

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Daftar Hasil Tes Kekuatan Otot Tungkai (X1) Keseimbangan (X2) dan Kecepatan Tendangan <i>Mawashi Geri</i> (Y)	xiii
Lampiran 2	Analisis Regression Berganda	xiv
Lampiran 3	Tabel t	xvii
Lampiran 4	Tabel F	xviii
Lampiran 6	Dokumentasi	xix

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

Daftar Hasil Tes Kekuatan Otot Tungkai (X1) Keseimbangan (X2) dan Kecepatan Tendangan Mawashi Geri (Y)

NO	NAMA	TES KEKUATAN OTOT TUNGKAI	TES KESEIMBANGAN	TES KECEPATAN TENDANGAN
1	Taufik	110	30	67
2	Khusnul	123	30	64
3	Wildan	130	40	59
4	Irfan	130	35	65
5	Putri	105	35	69
6	Dwi	145	40	64
7	Mahatir	110	40	65
8	Bram	142	40	64
9	Yuniar	160	35	51
10	Barkah	102	35	65
11	Ranti	153	35	58
12	Anggada	110	40	68
13	Ayu	105	45	69
14	Lela	100	45	60
15	Nezar	105	40	68
16	Danang	157	40	50
17	Adfanan	108	45	69
18	Abdurrahman	118	50	53
19	Luhur	109	40	69
20	Yolfan	150	35	50
21	Vidia	130	45	50
22	Novi	123	45	64
23	Fauzan	130	40	60
24	Suci	110	40	60
25	Iqbal	142	50	65

LAMPIRAN 2

Analisis Regresi Berganda

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Keseimbangan, KekuatanOtot ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: KecepatanTendangan

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.901 ^a	.811	.794	2.93394

a. Predictors: (Constant), Keseimbangan, KekuatanOtot

b. Dependent Variable: KecepatanTendangan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	812.624	2	406.312	47.202	.000 ^a
	Residual	189.376	22	8.608		
	Total	1002.000	24			

a. Predictors: (Constant), Keseimbangan, KekuatanOtot

b. Dependent Variable: KecepatanTendangan

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	19.166	4.572		4.192	.000
	KekuatanOtot	.103	.083	.301	1.242	.227
	Keseimbangan	.750	.295	.615	2.542	.019

a. Dependent Variable: KecepatanTendangan

CasewiseDiagnostics^a

Case Number	Std. Residual	KecepatanTendangan	Predicted Value	Residual
1	-.665	50.00	51.9517	-1.95174
2	-.735	50.00	52.1573	-2.15728
3	-2.119	50.00	56.2171	-6.21712
4	-1.778	51.00	56.2171	-5.21712
5	-1.097	53.00	56.2171	-3.21712
6	.503	58.00	56.5254	1.47457
7	.808	59.00	56.6282	2.37180
8	1.114	60.00	56.7310	3.26903
9	-.164	60.00	60.4825	-.48250
10	-.164	60.00	60.4825	-.48250
11	1.199	64.00	60.4825	3.51750
12	.919	64.00	61.3047	2.69534
13	.744	64.00	61.8185	2.18149
14	.744	64.00	61.8185	2.18149
15	.839	65.00	62.5379	2.46209
16	.839	65.00	62.5379	2.46209
17	.839	65.00	62.5379	2.46209
18	.839	65.00	62.5379	2.46209
19	-.178	67.00	67.5227	-.52268
20	.163	68.00	67.5227	.47732
21	.058	68.00	67.8310	.16901

22	-.118	68.00	68.3448	-.34484
23	.118	69.00	68.6532	.34684
24	-1.301	69.00	72.8158	-3.81576
25	-1.406	69.00	73.1241	-4.12407

a. Dependent Variable: KecepatanTendangan

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	51.9517	73.1241	61.8000	5.81888	25
Residual	-6.21712	3.51750	.00000	2.80903	25
Std. Predicted Value	-1.692	1.946	.000	1.000	25
Std. Residual	-2.119	1.199	.000	.957	25

a. Dependent Variable: KecepatanTendangan

LAMPIRAN 3

Tabel t

df	Pr 0.50	0.25 0.20	0.10 0.10	0.05 0.050	0.025 0.02	0.01 0.010	0.005 0.001	0.001 0.002
1	1.00000	3.07768	6.31375	12.70620	31.82052	63.65674	318.30884	
2	0.81650	1.88562	2.91999	4.30265	6.96456	9.92484	22.32712	
3	0.76489	1.63774	2.35336	3.18245	4.54070	5.84091	10.21453	
4	0.74070	1.53321	2.13185	2.77645	3.74695	4.60409	7.17318	
5	0.72669	1.47588	2.01505	2.57058	3.36493	4.03214	5.89343	
6	0.71756	1.43976	1.94318	2.44691	3.14267	3.70743	5.20763	
7	0.71114	1.41492	1.89458	2.36462	2.99795	3.49948	4.78529	
8	0.70639	1.39682	1.85955	2.30600	2.89646	3.35539	4.50079	
9	0.70272	1.38303	1.83311	2.26216	2.82144	3.24984	4.29681	
10	0.69981	1.37218	1.81246	2.22814	2.76377	3.16927	4.14370	
11	0.69745	1.36343	1.79588	2.20099	2.71808	3.10581	4.02470	
12	0.69548	1.35622	1.78229	2.17881	2.68100	3.05454	3.92963	
13	0.69383	1.35017	1.77093	2.16037	2.65031	3.01228	3.85198	
14	0.69242	1.34503	1.76131	2.14479	2.62449	2.97684	3.78739	
15	0.69120	1.34061	1.75305	2.13145	2.60248	2.94671	3.73283	
16	0.69013	1.33676	1.74588	2.11991	2.58349	2.92078	3.68615	
17	0.68920	1.33338	1.73961	2.10982	2.56693	2.89823	3.64577	
18	0.68836	1.33039	1.73406	2.10092	2.55238	2.87844	3.61048	
19	0.68762	1.32773	1.72913	2.09302	2.53948	2.86093	3.57940	
20	0.68695	1.32534	1.72472	2.08596	2.52798	2.84534	3.55181	
21	0.68635	1.32319	1.72074	2.07961	2.51765	2.83136	3.52715	
22	0.68581	1.32124	1.71714	2.07387	2.50832	2.81876	3.50499	
23	0.68531	1.31946	1.71387	2.06866	2.49987	2.80734	3.48496	
24	0.68485	1.31784	1.71088	2.06390	2.49216	2.79694	3.46678	
25	0.68443	1.31635	1.70814	2.05954	2.48511	2.78744	3.45019	
26	0.68404	1.31497	1.70562	2.05553	2.47863	2.77871	3.43500	
27	0.68368	1.31370	1.70329	2.05183	2.47266	2.77068	3.42103	
28	0.68335	1.31253	1.70113	2.04841	2.46714	2.76326	3.40816	
29	0.68304	1.31143	1.69913	2.04523	2.46202	2.75639	3.39624	
30	0.68276	1.31042	1.69726	2.04227	2.45726	2.75000	3.38518	
31	0.68249	1.30946	1.69552	2.03951	2.45282	2.74404	3.37490	
32	0.68223	1.30857	1.69389	2.03693	2.44868	2.73848	3.36531	
33	0.68200	1.30774	1.69236	2.03452	2.44479	2.73328	3.35634	
34	0.68177	1.30695	1.69092	2.03224	2.44115	2.72839	3.34793	
35	0.68156	1.30621	1.68957	2.03011	2.43772	2.72381	3.34005	
36	0.68137	1.30551	1.68830	2.02809	2.43449	2.71948	3.33262	
37	0.68118	1.30485	1.68709	2.02619	2.43145	2.71541	3.32563	
38	0.68100	1.30423	1.68595	2.02439	2.42857	2.71156	3.31903	
39	0.68083	1.30364	1.68488	2.02269	2.42584	2.70791	3.31279	
40	0.68067	1.30308	1.68385	2.02108	2.42326	2.70446	3.30688	

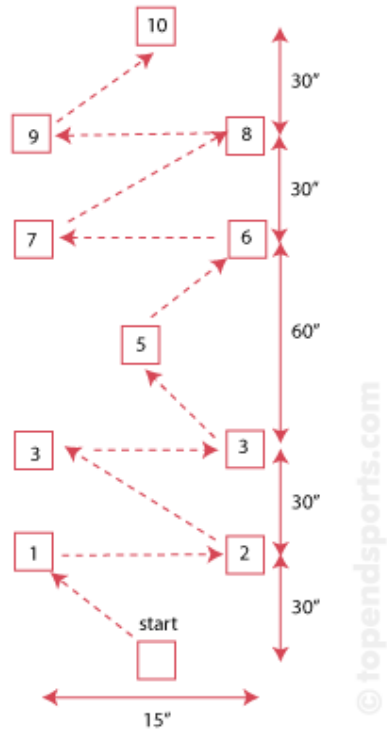
LAMPIRAN 4

Tabel F

df untuk penyebut (N2)	df untuk pembilang (N1)														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	161	199	216	225	230	234	237	239	241	242	243	244	245	245	246
2	18.51	19.00	19.16	19.25	19.30	19.33	19.35	19.37	19.38	19.40	19.40	19.41	19.42	19.42	19.43
3	10.13	9.55	9.28	9.12	9.01	8.94	8.89	8.85	8.81	8.79	8.76	8.74	8.73	8.71	8.70
4	7.71	6.94	6.59	6.39	6.26	6.16	6.09	6.04	6.00	5.96	5.94	5.91	5.89	5.87	5.86
5	6.61	5.79	5.41	5.19	5.05	4.95	4.88	4.82	4.77	4.74	4.70	4.68	4.66	4.64	4.62
6	5.99	5.14	4.76	4.53	4.39	4.28	4.21	4.15	4.10	4.06	4.03	4.00	3.98	3.96	3.94
7	5.59	4.74	4.35	4.12	3.97	3.87	3.79	3.73	3.68	3.64	3.60	3.57	3.55	3.53	3.51
8	5.32	4.46	4.07	3.84	3.69	3.58	3.50	3.44	3.39	3.35	3.31	3.28	3.26	3.24	3.22
9	5.12	4.26	3.86	3.63	3.48	3.37	3.29	3.23	3.18	3.14	3.10	3.07	3.05	3.03	3.01
10	4.96	4.10	3.71	3.48	3.33	3.22	3.14	3.07	3.02	2.98	2.94	2.91	2.89	2.86	2.85
11	4.84	3.98	3.59	3.36	3.20	3.09	3.01	2.95	2.90	2.85	2.82	2.79	2.76	2.74	2.72
12	4.75	3.89	3.49	3.26	3.11	3.00	2.91	2.85	2.80	2.75	2.72	2.69	2.66	2.64	2.62
13	4.67	3.81	3.41	3.18	3.03	2.92	2.83	2.77	2.71	2.67	2.63	2.60	2.58	2.55	2.53
14	4.60	3.74	3.34	3.11	2.96	2.85	2.76	2.70	2.65	2.60	2.57	2.53	2.51	2.48	2.46
15	4.54	3.68	3.29	3.06	2.90	2.79	2.71	2.64	2.59	2.54	2.51	2.48	2.45	2.42	2.40
16	4.49	3.63	3.24	3.01	2.85	2.74	2.66	2.59	2.54	2.49	2.46	2.42	2.40	2.37	2.35
17	4.45	3.59	3.20	2.96	2.81	2.70	2.61	2.55	2.49	2.45	2.41	2.38	2.35	2.33	2.31
18	4.41	3.55	3.16	2.93	2.77	2.66	2.58	2.51	2.46	2.41	2.37	2.34	2.31	2.29	2.27
19	4.38	3.52	3.13	2.90	2.74	2.63	2.54	2.48	2.42	2.38	2.34	2.31	2.28	2.26	2.23
20	4.35	3.49	3.10	2.87	2.71	2.60	2.51	2.45	2.39	2.35	2.31	2.28	2.25	2.22	2.20
21	4.32	3.47	3.07	2.84	2.68	2.57	2.49	2.42	2.37	2.32	2.28	2.25	2.22	2.20	2.18
22	4.30	3.44	3.05	2.82	2.66	2.55	2.46	2.40	2.34	2.30	2.26	2.23	2.20	2.17	2.15
23	4.28	3.42	3.03	2.80	2.64	2.53	2.44	2.37	2.32	2.27	2.24	2.20	2.18	2.15	2.13
24	4.26	3.40	3.01	2.78	2.62	2.51	2.42	2.36	2.30	2.25	2.22	2.18	2.15	2.13	2.11
25	4.24	3.39	2.99	2.76	2.60	2.49	2.40	2.34	2.28	2.24	2.20	2.16	2.14	2.11	2.09
26	4.23	3.37	2.98	2.74	2.59	2.47	2.39	2.32	2.27	2.22	2.18	2.15	2.12	2.09	2.07
27	4.21	3.35	2.96	2.73	2.57	2.46	2.37	2.31	2.25	2.20	2.17	2.13	2.10	2.08	2.06
28	4.20	3.34	2.95	2.71	2.56	2.45	2.36	2.29	2.24	2.19	2.15	2.12	2.09	2.06	2.04
29	4.18	3.33	2.93	2.70	2.55	2.43	2.35	2.28	2.22	2.18	2.14	2.10	2.08	2.05	2.03
30	4.17	3.32	2.92	2.69	2.53	2.42	2.33	2.27	2.21	2.16	2.13	2.09	2.06	2.04	2.01
31	4.16	3.30	2.91	2.68	2.52	2.41	2.32	2.25	2.20	2.15	2.11	2.08	2.05	2.03	2.00
32	4.15	3.29	2.90	2.67	2.51	2.40	2.31	2.24	2.19	2.14	2.10	2.07	2.04	2.01	1.99
33	4.14	3.28	2.89	2.66	2.50	2.39	2.30	2.23	2.18	2.13	2.09	2.06	2.03	2.00	1.98
34	4.13	3.28	2.88	2.65	2.49	2.38	2.29	2.23	2.17	2.12	2.08	2.05	2.02	1.99	1.97
35	4.12	3.27	2.87	2.64	2.49	2.37	2.29	2.22	2.16	2.11	2.07	2.04	2.01	1.99	1.96
36	4.11	3.26	2.87	2.63	2.48	2.36	2.28	2.21	2.15	2.11	2.07	2.03	2.00	1.98	1.95
37	4.11	3.25	2.86	2.63	2.47	2.36	2.27	2.20	2.14	2.10	2.06	2.02	2.00	1.97	1.95
38	4.10	3.24	2.85	2.62	2.46	2.35	2.26	2.19	2.14	2.09	2.05	2.02	1.99	1.96	1.94
39	4.09	3.24	2.85	2.61	2.46	2.34	2.26	2.19	2.13	2.08	2.04	2.01	1.98	1.95	1.93
40	4.08	3.23	2.84	2.61	2.45	2.34	2.25	2.18	2.12	2.08	2.04	2.00	1.97	1.95	1.92
41	4.08	3.23	2.83	2.60	2.44	2.33	2.24	2.17	2.12	2.07	2.03	2.00	1.97	1.94	1.92
42	4.07	3.22	2.83	2.59	2.44	2.32	2.24	2.17	2.11	2.06	2.03	1.99	1.96	1.94	1.91

LAMPIRAN 5

GAMBAR MODIFIED BASS TEST OF DYNAMIC BALANCE











Laboratorium dan Klinik Sport
Jurusan Somatokineta
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Jakarta
Jl. Pemuda No. 10 Rawamangun
Telp. (021) 32316717 Fax. (021) 4893534 ex. 11



SURAT KETERANGAN
No: 47/SK-Lab/FIK-UNJ/XII/15

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa :

Nama : Dwi Rama Eka Putra
No. Reg : 6315107891
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Olahraga Prestasi
Strata : S1

Dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul :

" Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kecepatan Tendangan Mawashi Geri Tim Kumite Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta "

Telah melakukan pengambilan data dengan menggunakan alat *Back & Leg Dynamometer*

Jumlah sampel yang diambil sebanyak 25 orang.

Demikian surat keterangan ini di buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 23 Desember 2015
Kepala Laboratorium Somatokineta
& MAG Fitness
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Jakarta

Dr. Iwan Hermawan, S. Pd, M. Pd
NIP. 19750514 200112 1 001

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd

Jabatan : Dosen Ahli Beladiri

Dengan ini menyatakan bahwa

Nama : Dwi Rama Eka Putra

No. Reg : 6315107891

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Olahraga Prestasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Instrumen Penelitian tentang Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kecepatan Tendangan *Mawashi Geri* Tim Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta cocok atau valid untuk mengumpulkan data.

Demikian surat ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 27 Mei 2015

Penilai Ahli



Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd
NIP. 196309171989031002

SURAT KETERANGAN VALIDITAS INSTRUMEN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. Ramdan Pelana, M.Or

Jabatan : Dosen Tes dan Pengukuran Olahraga

Dengan ini menyatakan bahwa

Nama : Dwi Rama Eka Putra

No. Reg : 6315107891

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Olahraga Prestasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Instrumen penelitian tentang **Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kecepatan Tendangan *Mawashi Geri* Tim Kumite Karate Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta** cocok atau valid untuk mengumpulkan data.

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 27 Mei 2015



Dr. Ramdan Pelana, M.Or
197908112005011001



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telp/Fax.: Rektor (021) 4893854, PR I: 4895130, PR II: 4893918, PR III: 4892926, PR IV: 4893982,
BAUK: 4750930, BAAK: 4759081, BAPSI: 4752180
Bag. UHTP: Telp. 4893726, Bag. Keuangan: 4892414, Bag. Kepegawaian: 4890536, HUMAS: 4898486
Laman : www.unj.ac.id

Nomor : 2663B/UN39.12/KM/2015
Lamp. : 1 Lembar
Hal : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian
untuk Penulisan Skripsi

12 Juni 2015

Yth. Ketua KOP Karate
Universitas Negeri Jakarta

Kami mohon kesediaan Saudara untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Dwi Rama Eka Putra
Nomor Registrasi : 6315107891
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
No. Telp/HP : 081294804425

Dengan ini kami mohon diberikan ijin mahasiswa tersebut, untuk dapat mengadakan penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka Penulisan Skripsi. Skripsi tersebut dengan judul :
"Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kecepatan Tendangan Mawashi Geri Tim Kumite Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta"

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami sampaikan terima kasih.

Kepala Biro Administrasi
Akademik dan Kemahasiswaan



[Signature]
Drs. Syaifullah
NIP 195702161984031001

Tembusan :
1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Kaprog / Jurusan Olahraga Prestasi



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telp/Fax.: Rektor (021) 4893854, PR I: 4895130, PR II: 4893918, PR III: 4892926, PR IV: 4893982,
BAUK: 4750930, BAAK: 4759081, BAPSI: 4752180
Bag. UHTP: Telp. 4893726, Bag. Keuangan: 4892414, Bag. Kepegawaian: 4890536, HUMAS: 4898486
Laman : www.unj.ac.id

Nomor : 2663A/UN39.12/KM/2015
Lamp. : 1 Lembar
Hal : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian
untuk Penulisan Skripsi

12 Juni 2015

Yth. Kepala Lab. Somatokineta
Universitas Negeri Jakarta

Kami mohon kesediaan Saudara untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Dwi Rama Eka Putra
Nomor Registrasi : 6315107891
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
No. Telp/HP : 081294804425

Dengan ini kami mohon diberikan ijin mahasiswa tersebut, untuk dapat mengadakan penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka Penulisan Skripsi. Skripsi tersebut dengan judul :

"Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kecepatan Tendangan Mawashi Geri Tim Kumite Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta"

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami sampaikan terima kasih.

Kepala Biro Administrasi
Akademik dan Kemahasiswaan



Tembusan :
1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Kaprog / Jurusan Olahraga Prestasi

Drs. Syarifullah
NIP. 195702161984031001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP
Dwirama Eka Putra
081294804425
Dwiramaeka_putra@yahoo.com

DATA PRIBADI :

Tempat dan Tanggal Lahir : Bukittinggi, 16 mei 1991
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Status : Belum Menikah
Kewarganegaraan : Indonesia
Berat Badan : 69 Kg
Tinggi Badan : 168 cm
Pendidikan terakhir : SMAN 1 Ampek Angkek

PENDIDIKAN FORMAL :

2010 – Sekarang : Universitas Negeri Jakarta
2007 – 2010 : SMAN 1 Ampek Angkek
2003 – 2007 : MTS S MTI Canduang
1997 – 2003 : SDN 02 Baso

PENGALAMAN KERJA

2010 – 2014 : Pelatih Bola Basket
2011 – 2015 : Pelatih Renang

HOBBY

Travelling, Olahraga dan Mendengarkan Musik.