

### Lampiran 1

Tabel 1. Form Hasil Tes Daya Ledak Otot Tungkai

No.	Nama	Hasil Daya Ledak Otot Tungkai	
		1	2
1			
2			
dst			

### Lampiran 2

No.	Nama	Kelentukan Pinggang	
		1	2
1			
2			
dst			

Tabel 2. Form Penilaian Tes Kelentukan Pinggang

### Lampiran 3

No	Nama	Percobaan					Jumlah	Rata-rata
		1	2	3	4	5		
1								
2								
Dst.								

Tabel 3. Form Tes Tembakan Berputar (*spin shoot*)

- a) Sampel ujicoba: Sampel yang diuji cobakan adalah atlet putera klub bola tangan FIK UNJ.
- b) Kalibrasi Instrumen

#### a. Reliabilitas instrumen *Spin Shoot Test*

Kriteria yang digunakan untuk menentukan tinggi rendahnya reliabilitas instrumen menggunakan klasifikasi *Guilford* sebagaimana dikutip (Suharsimi: 1993, 17) sebagai berikut:

- 0,2 - 0,39 = Korelasi rendah
- 0,4 - 0,69 = Korelasi sedang
- 0,7 - 0,89 = Korelasi tinggi
- 0,9 - 0,99 = Korelasi sangat tinggi
- 1,0 = Korelasi sempurna

Berdasarkan perhitungan reliabilitas pada lampiran 2, maka didapat nilai reliabilitas instrumen *spin shoot* adalah  $r = 0,87$  dan dinyatakan **reliabel**.

#### Lampiran 4

Perhitungan uji coba instrument *Spin Shoot Test*

**Tabel 4. Data hasil tes uji coba instrumen *Spin Shoot Test***

No	X	Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY
1	20	19	400	361	380
2	17	18	289	324	306
3	19	17	361	289	323
4	22	22	484	484	484
5	23	22	529	484	506
6	20	20	400	400	400
7	26	30	676	900	780
8	22	21	484	441	462
9	24	23	576	529	552
10	20	19	400	361	380
11	27	26	729	676	702
12	15	17	225	289	255
13	23	22	529	484	506
14	21	22	441	484	462
15	22	19	484	361	418
$\Sigma$	321	317	7007	6867	6916

Keterangan : X = Tes pertama

Y = Tes kedua

Diketahui :  $\Sigma X = 321$                        $\Sigma Y = 317$   
 $\Sigma X^2 = 7007$                                $\Sigma Y^2 = 6867$   
 $\Sigma XY = 6916$                               N = 15

Maka :

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{n \sum x.y - \sum x \sum y}{\sqrt{n \sum x^2 - (\sum x)^2} \sqrt{n \sum y^2 - (\sum y)^2}} \\
 &= \frac{15 (6867) - 321(317)}{\sqrt{(15(7007) - (321)^2)} \sqrt{(15(6867) - (317)^2)}} \\
 &= \frac{1983}{\sqrt{(2064)(2516)}} \\
 &= \frac{1983}{\sqrt{5193024}} \\
 &= \frac{1983}{2278,82075} \\
 &= 0,87
 \end{aligned}$$

Berdasarkan pada perhitungan di atas, maka nilai reliabilitas instrumen *spin shoot test* adalah = 0.87

## Lampiran 5

### Data Hasil Tes

Tabel 5. Daftar Mentah Tes Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ), Tes Kelentukan Pinggang ( $X_2$ ), dan Tes *Spin Shoot* ( $Y$ )

No	$X_1$	$X_2$	$Y$
1	65	45	27
2	54	46	25
3	62	50	29
4	50	54	22
5	53	36	22
6	59	60	30
7	54	40	20
8	60	55	27
9	51	65	30
10	55	45	20
11	65	50	30
12	50	37	15
13	59	30	23
14	53	50	27
15	54	45	17
16	55	35	16
17	43	40	19
18	55	55	25
19	53	60	26
20	50	50	27
$\Sigma$	<b>1100</b>	<b>948</b>	<b>477</b>

## Lampiran 6

Tabel 6. Data Hasil Tes Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ), Tes Kelentukan Pinggang ( $X_2$ ), dan Tes *Spin Shoot* ( $Y$ )

NO	$X_1$	$X_2$	Y	$X_1^2$	$X_2^2$	$Y^2$	$X_1X_2$	$X_1Y$	$X_2Y$
1	65	45	27	4225	2025	729	2925	1755	1215
2	54	46	25	2916	2116	625	2484	1350	1150
3	62	50	29	3844	2500	841	3100	1798	1450
4	50	54	22	2500	2916	484	2700	1100	1188
5	53	36	22	2809	1296	484	1908	1166	792
6	59	60	30	3481	3600	900	3540	1770	1800
7	54	40	20	2916	1600	400	2160	1080	800
8	60	55	27	3600	3025	729	3300	1620	1485
9	51	65	30	2601	4225	900	3315	1530	1950
10	55	45	20	3025	2025	400	2475	1100	900
11	65	50	30	4225	2500	900	3250	1950	1500
12	50	37	15	2500	1369	225	1850	750	555
13	59	30	23	3481	900	529	1770	1357	690
14	53	50	27	2809	2500	729	2650	1431	1350
15	54	45	17	2916	2025	289	2430	918	765
16	55	35	16	3025	1225	256	1925	880	560
17	43	40	19	1849	1600	361	1720	817	760
18	55	55	25	3025	3025	625	3025	1375	1375
19	53	60	26	2809	3600	676	3180	1378	1560
20	50	50	27	2500	2500	729	2500	1350	1350
$\Sigma$	<b>1100</b>	<b>948</b>	<b>477</b>	<b>61056</b>	<b>46572</b>	<b>11811</b>	<b>52207</b>	<b>26475</b>	<b>23195</b>

## Lampiran 7

Langkah – langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

A. Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ )

a. Rentang (R) = data terbesar – dasar terkecil

$$= 65 - 43$$

$$= 22$$

b. Banyak Kelas (BK) =  $1 + (3.3) \log n$

$$= 1 + (3.3) \log 20$$

$$= 1 + (3,3) 1,301$$

$$= 5,293$$

$$= 5$$

c. Panjang Kelas (PK) =  $R/K$

$$= 22/5$$

$$= 4,4$$

d. Frekuensi Relatif =  $\frac{\text{Frekuensi Absolut}}{\text{Frekuensi Relatif}} \times 100\%$

## Lampiran 8

Tabel 7. Data Tes Daya Ledak Otot Tungkai

No.	Kelas Interval	Titik Tengah	Frekuensi	
			Absolut	Relatif
1	42 – 46	44	1	5%
2	47 – 51	49	4	20%
3	52 – 56	54	9	45%
4	57 – 61	59	3	15%
5	62 – 66	64	3	15%
	Jumlah		20	100%

$$\begin{aligned}
 \text{e. Rata-rata } X_1 &= \frac{\sum X_1}{n} \\
 &= \frac{1100}{20} \\
 &= 55
 \end{aligned}$$

f. Simpangan Baku

$$\begin{aligned}
 &= \sqrt{\frac{n\sum X_1^2 - (\sum X_1)^2}{n(n-1)}} \\
 &= \sqrt{\frac{20(61056) - (1100)^2}{20(20-1)}} \\
 &= \sqrt{\frac{1221120 - 1210000}{20(19)}}
 \end{aligned}$$



$$= \sqrt{\frac{11120}{380}}$$

$$= \sqrt{29,26} = 5,40$$

g. Varians = 29,26

B. Tes Kelentukan Pinggang ( $X_2$ )

a. Rentang (R) = data terbesar – dasar terkecil

$$= 65 - 30$$

$$= 35$$

b. Banyak Kelas (BK)

$$= 1 + (3.3) \log n$$

$$= 1 + (3.3) \log 20$$

$$= 1 + (3,3) 1,301$$

$$= 5,293$$

$$= 5$$

c. Panjang Kelas (PK) = R/K

$$= 35/5$$

$$= 7$$

d. Frekuensi Relatif =  $\frac{\text{Frekuensi Absolut}}{\text{Frekuensi Relatif}} \times 100\%$

## Lampiran 9

Tabel 8. Data Tes Kelenturan Pinggang ( $X_2$ )

No.	Kelas Interval	Titik Tengah	Frekuensi	
			Absolut	Relatif
1	29 – 36	32,5	3	15%
2	37 – 44	40,5	3	15%
3	45 – 52	48,5	8	40%
4	53 – 60	56,5	5	25%
5	61 – 68	64,5	1	5%
<b>Jumlah</b>			20	100%

$$\begin{aligned}
 \text{e. Rata-rata } X_2 &= \frac{\sum X_2}{n} \\
 &= \frac{948}{20} \\
 &= 47,4
 \end{aligned}$$

f. Simpangan Baku

$$\begin{aligned}
 &= \sqrt{\frac{n\sum X_2^2 - (\sum X_2)^2}{n(n-1)}} \\
 &= \sqrt{\frac{20(46572) - (948)^2}{20(20-1)}} \\
 &= \sqrt{\frac{931440 - 898604}{20(19)}}
 \end{aligned}$$

$$= \sqrt{\frac{32836}{380}}$$

$$= \sqrt{86,41} = 9,29$$

g. Varians = 86,14

C. Tes Tembakan Berputar (Y)

a. Rentang (R) = data terbesar – dasar terkecil

$$= 30 - 15 = 15$$

b. Banyak Kelas (BK) =  $1 + (3.3) \log n$

$$= 1 + (3.3) \log 20$$

$$= 1 + (3,3) 1.301$$

$$= 5,293$$

$$= 5$$

c. Panjang Kelas (PK)

$$= R/K$$

$$= 15/5$$

$$= 3$$

d. Frekuensi Relatif =  $\frac{\text{Frekuensi Absolut}}{\text{Frekuensi Relatif}} \times 100\%$

## Lampiran 10

Tabel 9. Data Tes Tembakan Berputar (*spin shoot*) (Y)

No.	Kelas Interval	Titik Tengah	Frekuensi	
			Absolut	Relatif
1	14– 17	15,5	3	15%
2	18–21	19,5	3	15%
3	22– 25	23,5	5	15%
4	26–29	27,5	6	30%
5	30– 33	31,5	3	15%
	<b>Jumlah</b>		<b>20</b>	<b>100%</b>

$$\begin{aligned}
 \text{e. Rata-rata } Y &= \frac{\sum Y}{n} \\
 &= \frac{477}{20} \\
 &= 23,85
 \end{aligned}$$

f. Simpangan Baku

$$\begin{aligned}
 &= \sqrt{\frac{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2}{n(n-1)}} \\
 &= \sqrt{\frac{20(11811) - (477)^2}{20(20-1)}} \\
 &= \sqrt{\frac{236220 - 227529}{20(19)}}
 \end{aligned}$$

$$= \sqrt{\frac{8691}{380}}$$

$$= \sqrt{22,87} = 4,78$$

g. Varians = 22,87

### Lampiran 11

Perhitungan persamaan regresi

#### 1. Regresi Y atas $X_1$

Diketahui

$$\sum X_1 = 1100$$

$$\sum Y^2 = 11811$$

$$\sum X_1^2 = 61056$$

$$\sum X_1 Y = 26475$$

$$n = 20$$

$$\sum Y = 477$$

Diuraikan menjadi

$$a = \frac{(\sum Y)(\sum X_1^2) - (\sum X_1)(\sum X_1 Y)}{n(\sum X_1^2) - (\sum X_1)^2}$$

$$= \frac{(477)(61056) - (1100)(26475)}{20(61056) - (1100)^2}$$

$$= \frac{29123712 - 29122500}{1221120 - 1210000}$$

$$= \frac{1212}{11120} = 0,10$$

$$\begin{aligned}
 b &= \frac{n(\sum X_1 Y) - (\sum X_1)(\sum Y)}{n(\sum X_1^2) - (\sum X_1)^2} \\
 &= \frac{20(26475) - (1100)(477)}{20(61056) - (1100)^2} \\
 &= \frac{529500 - 524700}{1221120 - 1210000} \\
 &= \frac{4800}{11120} \\
 &= 0,43
 \end{aligned}$$

Jadi, persamaan regresi Y terhadap  $X_1$  adalah  $Y = 010 + 0,43X_1$

## 2. Regresi Y atas $X_2$

Diketahui:

$$\sum X_2 = 948$$

$$\sum X_2^2 = 46572$$

$$\sum Y = 477$$

$$\sum Y^2 = 11811$$

$$\sum X_2 Y = 23195$$

$$n = 20$$

$$\begin{aligned}
 a &= \frac{(\sum Y)(\sum X_2^2) - (\sum X_2)(\sum X_2 Y)}{n(\sum X_2^2) - (\sum X_2)^2} \\
 &= \frac{(477)(46572) - (948)(23195)}{20(46572) - (948)^2} \\
 &= \frac{22214844 - 21988860}{931440 - 898704}
 \end{aligned}$$

$$\frac{225984}{32736}$$

$$= 6,90$$

$$b = \frac{n(\sum X_2 Y) - (\sum X_2)(\sum Y)}{n(\sum X_2^2) - (\sum X_2)^2}$$

$$= \frac{20(23195) - (948)(477)}{20(46572) - (948)^2}$$

$$= \frac{463900 - 452196}{931440 - 898704}$$

$$= \frac{11704}{32736}$$

$$= 0,35$$

Jadi persamaan Regresi Y terhadap  $X_2$  adalah  $\hat{Y} = 6,90 + 0,35X_2$

### 3. Regresi ganda Y atas $X_1$ dan $X_2$

Dicari dengan rumus sebagai berikut :

$$b_0 = \bar{Y} - b_1\bar{X}_1 - b_2\bar{X}_2$$

$$b_1 = \frac{(\sum x_2^2)(\sum x_1 y) - (\sum x_1 x_2)(\sum x_2 y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (\sum x_1 x_2)^2}$$

$$b_2 = \frac{(\sum x_1^2)(\sum x_2 y) - (\sum x_1 x_2)(\sum x_1 y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (\sum x_1 x_2)^2}$$

Dimana :

$$\Sigma Y^2 = \Sigma Y^2 - \frac{(\Sigma Y)^2}{n}$$

$$\Sigma X_1^2 = \Sigma X_1^2 - \frac{(\Sigma X_1)^2}{n}$$

$$\Sigma X_2^2 = \Sigma X_2^2 - \frac{(\Sigma X_2)^2}{n}$$

$$\Sigma X_1Y = \Sigma X_1Y - \frac{(\Sigma X_1)(\Sigma Y)}{n}$$

$$\Sigma X_2Y = \Sigma X_2Y - \frac{(\Sigma X_2)(\Sigma Y)}{n}$$

$$\Sigma X_1X_2 = \Sigma X_1X_2 - \frac{(\Sigma X_1)(\Sigma X_2)}{n}$$

Diketahui :



$$\bar{X}_1 = 55$$

$$\bar{Y} = 23,85$$

$$\bar{X}_2 = 47,4$$

$$\sum X_1 = 1100$$

$$\sum X_1^2 = 61056$$

$$\sum X_1 Y = 26475$$

$$\sum X_2 = 948$$

$$\sum X_2^2 = 46572$$

$$\sum X_2 Y = 23195$$

$$\sum Y = 477$$

$$\sum Y^2 = 11811$$

$$\sum X_1 X_2 = 52207$$

Jadi :

$$\begin{aligned} \sum Y^2 &= \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{n} \\ &= 11811 - \frac{(477)^2}{20} \\ &= 11811 - 11376,45 \\ &= 434,55 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \sum X_1^2 &= \sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{n} \\ &= 61056 - \frac{(1100)^2}{20} \\ &= 61056 - 60500 \\ &= 556 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
\sum X_2^2 &= \sum X_2^2 - \frac{(\sum X_2)^2}{n} \\
&= 46572 - \frac{(948)^2}{20} \\
&= 46572 - 44935,2 \\
&= 1636,8
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
\sum X_1Y &= \sum X_1Y - \frac{(\sum X_1)(\sum Y)}{n} \\
&= 26475 - \frac{(1100)(477)}{20} \\
&= 26475 - 26235 \\
&= 240
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
\sum X_2Y &= \sum X_2Y - \frac{(\sum X_2)(\sum Y)}{n} \\
&= 23195 - \frac{(948)(477)}{20} \\
&= 23195 - 22609,8 \\
&= 585,2
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
\sum X_1X_2 &= \sum X_1X_2 - \frac{(\sum X_1)(\sum X_2)}{n} \\
&= 52207 - \frac{(1100)(948)}{20} \\
&= 52207 - 52140 \\
&= 67
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 b_1 &= \frac{(\sum x_2^2)(\sum x_1 y) - (\sum x_1 x_2)(\sum x_2 y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (x_1 x_2)^2} \\
 &= \frac{(1636,8)(240) - (67)(585,2)}{(556)(1636,8) - (67)^2} \\
 &= \frac{392832 - 39208,4}{905571,8} \\
 &= \frac{353623,6}{905571,8} \\
 &= 0,39
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 b_2 &= \frac{(\sum x_1^2)(\sum x_2 y) - (\sum x_1 x_2)(\sum x_1 y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (x_1 x_2)^2} \\
 &= \frac{(556)(585,2) - (67)(240)}{(556)(1636,8) - (67)^2} \\
 &= \frac{325371,2 - 16080}{905571,8} \\
 &= \frac{309291,2}{905571,8} \\
 &= 0,34
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 b_0 &= \bar{Y} - b_1 \bar{X}_1 - b_2 \bar{X}_2 \\
 &= 23,85 - (0,39).(55) - (0,34).(47,4) \\
 &= 23,85 - 21,47 - 16,18 \\
 &= -13,81
 \end{aligned}$$

Jadi persamaan regresi ganda Y atas  $X_1$  dan  $X_2$  adalah

$$\hat{Y} = -13,81 + 0,39X_1 + 0,34X_2$$

## Lampiran 12

Mencari koefisien korelasi dan uji keberartian koefisien korelasi

### 1. Koefisien Korelasi $r_{y_1}$

$$\begin{aligned}
 r_{y_1} &= \frac{n\sum X_1 Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\}\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}} \\
 &= \frac{20(26475) - (1100)(477)}{\sqrt{\{(20)(61056) - (1100)^2\}\{(20)(11811) - (477)^2\}}} \\
 &= \frac{529500 - 524700}{\sqrt{(11120)(8691)}} \\
 &= \frac{4800}{9831} \\
 &= 0,48
 \end{aligned}$$

### 2. Uji Keberartian Koefisien Korelasi

$$\begin{aligned}
 t_{hitung} &= \frac{r_{y_1} \sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r_{y_1}^2}} \\
 &= \frac{0,48 \sqrt{20-2}}{\sqrt{1-0,48^2}} \\
 &= \frac{2,07}{0,87} \\
 &= 2,37
 \end{aligned}$$

$$\text{Tabel dk} = n - 2$$

$$= 20 - 2$$

$$= 18$$

$$\begin{aligned}
 t_{\text{tabel}} &= dk: 1 - \frac{1}{2}\alpha \\
 &= 18: 1 - \frac{1}{2}0,05 \\
 &= 18 : 0,975 \\
 &= 2,10
 \end{aligned}$$

Berarti :

$t_{\text{tabel}}$  dengan  $\alpha = 0.05$  dan dk 18 diperoleh  $t_{\text{tabel}}$  sebesar 2,10 karena  $t_{\text{hitung}} = 2,37 \geq 2.10$  dengan demikian tolak  $H_0$ . Berarti koefisien korelasi 0,48 adalah signifikan.

### 3. Koefisien Korelasi $r_{y_2}$

$$\begin{aligned}
 r_{y_2} &= \frac{n\sum X_2 Y - (\sum X_2)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X_2^2 - (\sum X_2)^2\}\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}} \\
 &= \frac{20(23195) - (948)(477)}{\sqrt{\{(20)(46572) - (948)^2\}\{(20)(11811) - (477)^2\}}} \\
 &= \frac{463900 - 452196}{(32736)(8691)} \\
 &= \frac{11704}{16867,38} \\
 &= 0,69
 \end{aligned}$$

#### 4. Uji Keberartian koefisien korelasi

$$\begin{aligned}
 t_{\text{hitung}} &= \frac{(ry_2)\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-(ry_2)^2}} \\
 &= \frac{0,69\sqrt{20-2}}{\sqrt{1-0,69^2}} \\
 &= \frac{2,94}{0,51} \\
 &= 5,67
 \end{aligned}$$

Tabel dk = n-2

$$= 20-2$$

$$= 18$$

$$t_{\text{tabel}} = dk: 1 - \frac{1}{2}\alpha$$

$$= 18: 1 - \frac{1}{2}0,05$$

$$= 18 : 0,975 = 2,10$$

Berarti :

$t_{\text{tabel}}$  dengan  $\alpha = 0.05$  dan dk 18 diperoleh  $t_{\text{tabel}}$  sebesar 2,10

karena  $t_{\text{hitung}} = 5,67 \geq 2,10$  dengan demikian tolak  $H_0$ . Berarti koefisien

korelasi 0,69 adalah signifikan

#### 5. Koefisien Korelasi Ganda $ry_{1-2}$

$$\begin{aligned}
 JK (\text{Reg}) &= b_1.\sum x_1y + b_2.\sum x_2 y \\
 &= 0,39(240) + 0,34 (585,2) \\
 &= 93,71 + 199,87 = 293,59
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 r_{y_{1-2}} &= \sqrt{\frac{JK(Reg)}{\Sigma y^2}} \\
 &= \sqrt{\frac{293,59}{434,55}} \\
 &= \sqrt{0,67} \\
 &= 0,82
 \end{aligned}$$

#### 6. Uji keberartian koefisien korelasi ganda

$$\begin{aligned}
 F_{hitung} &= \frac{R^2/k}{(1-R^2)/n-k-1} \\
 &= \frac{(0,82)^2/2}{(1)-(0,82)^2/20-2-1} \\
 &= \frac{0,67/2}{0,32/17} \\
 &= \frac{0,33}{0,01} = 17,70
 \end{aligned}$$

$F_{tabel}$  dicari dengan cara melihat daftar distribusi F dengan cacah preditor = 2 sebagai pembilang dan  $(n-k-1) = 17$  sebagai penyebut dapat  $F_{hitung} = 17,70 \geq F_{tabel} 3,59$  maka koefisien korelasi ganda  $r_{y_{1-2}}$  adalah signifikan.

## 7. Mencari Koefisien Determinasi

### 1) Koefisien Determinasi $X_1$ terhadap Y:

$$\begin{aligned} \text{KD} &= (r_{y_1})^2 \times 100\% \\ &= (0,48)^2 \times 100\% \\ &= 0,23 \times 100\% \\ &= 23\% \end{aligned}$$

Dari hasil tersebut diinterpretasikan bahwa hasil tembakan berputar (*spin shoot*) ditentukan oleh daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ) sebesar 23%.

### 2) Koefisien Determinasi $X_2$ terhadap Y:

$$\begin{aligned} \text{KD} &= (r_{y_2})^2 \times 100\% \\ &= (0,69)^2 \times 100\% \\ &= 0,48 \times 100\% \\ &= 48\% \end{aligned}$$

Dari hasil tersebut diinterpretasikan bahwa hasil tembakan berputar (*spin shoot*) ditentukan oleh kelentukan pinggang ( $X_2$ ) sebesar 48%.



3) Koefisien Determinasi  $X_1$  dan  $X_2$  terhadap  $Y$ :

$$\begin{aligned} \text{KD} &= (r_{y_{1-2}})^2 \times 100\% \\ &= (0,82)^2 \times 100\% \\ &= 0,67 \times 100\% \\ &= 67\% \end{aligned}$$

Dari hasil tersebut diinterpretasikan bahwa hasil tembakan berputar (*spin shoot*) ditentukan oleh daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ) kelenturan pinggang ( $X_2$ ) sebesar 67%.

## Lampiran 13

## DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar: Tembakan Berputar (*spin shoot*)

Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar : Briefing

Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar : Briefing Penelitian

Sumber: Dokumentasi Pribadi



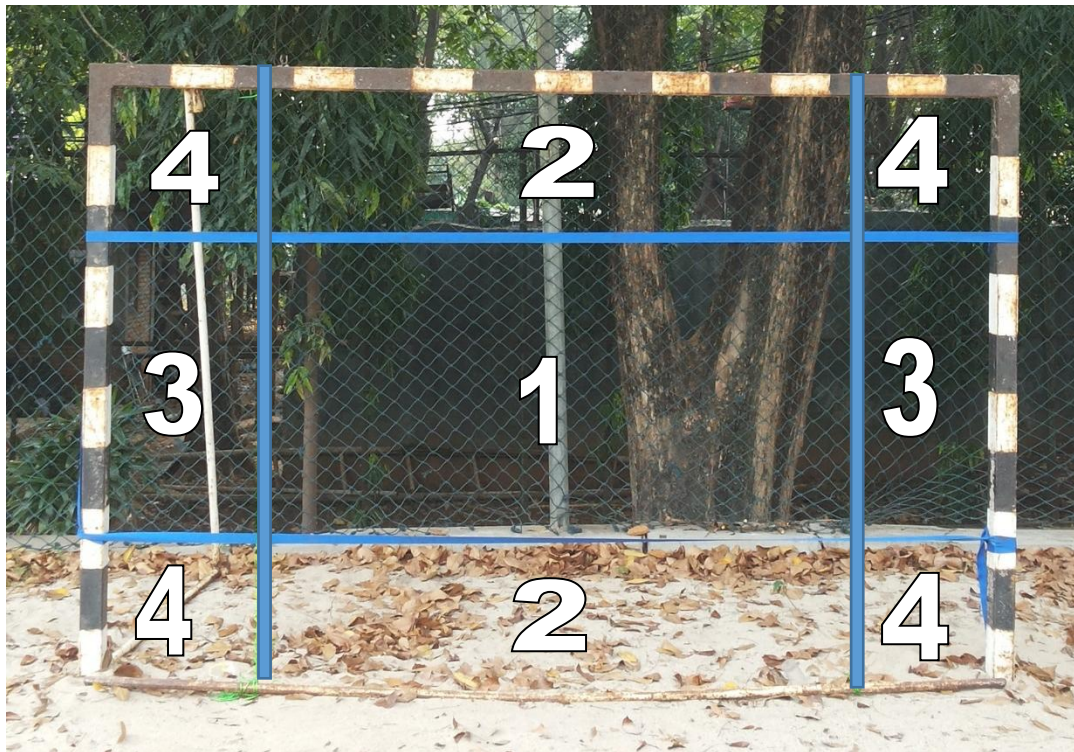
Gambar : Pelaksanaan Tes *Vertical Jump*

Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar : Pelaksanaan Test Flexometer

Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar : Penilaian Pada Gawang Modifikasi

Sumber: Dokumentasi Penelitian



Gambar : Pelaksanaan Tes Tembakan Berputar (*Spin Shoot*)

Sumber: Dokumentasi Penelitian



Gambar : Flexometer

Sumber : Dokumentasi Pribadi