

Lampiran-Lampiran

Lampiran 1. Data Hasil Tes Awal dan Akhir (Tes Menggiring Bola)

No.	Nama	Tes Menggiring Bola	
		Tes Awal	Tes Akhir
1	Muhammad Ridwan	23.35	20.26
2	Daman Putra	21.78	20.81
3	Fajar Rivan	27.26	24.32
4	Nazwa Binajdilah	23.24	20.24
5	Riksan Hilmi	24.36	22.05
6	Hilman Maulana	26.72	23.81
7	Sayyaidad Dawam	23.59	20.41
8	M Naufal Mahbuby	24.41	22.72
9	Rahfa AD	21.59	19.05
10	Raihan N M	23.24	22.19
11	Egi M	21.84	19.84
12	M Rizky A	27.22	23.32
13	Gunturr M.F	23.84	21.54
14	Septian D.A	25.32	24.07
15	Muhamad Ilham	22.05	19.84
16	Muhammad adan	29.15	25.25
17	Lutfi Fauji	23.68	19.72
18	Aditya N	25.00	24.02
19	Rizki Maulana	25.71	23.93
20	Muhamad Alif N	25.21	23.36

Lampiran 2. Program Latihan

Pertemuan Ke-	Materi Latihan	Keterangan
1	TES AWAL	
2	A. Pemanasan <ol style="list-style-type: none"> 1. Peregangan statis 2. Jogging 3. Peregangan dinamis B. Inti <p>Variasi Latihan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Latihan Menggiring Bola 18 Meter Persegi (<i>Dribble 20 Yard Square</i>) menggunakan rintangan sebanyak 3 rintangan 2. Latihan menggiring bola dengan bermain dalam lingkaran dengan jumlah 6 pemain 3. Latihan menggiring bola dengan pola <i>envelope</i> selama 2 menit C. Pelemasan	2 Repetisi
3 – 5	A. Pemanasan <ol style="list-style-type: none"> 1. Peregangan statis 2. Jogging 3. Peregangan dinamis B. Inti <p>Variasi Latihan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Latihan Menggiring Bola 18 Meter Persegi (<i>Dribble 20 Yard Square</i>) menggunakan rintangan sebanyak 6 rintangan 2. Latihan menggiring bola dengan bermain dalam lingkaran dengan jumlah 7 pemain 3. Latihan menggiring bola dengan pola <i>envelope</i> selama 3 menit C. Pelemasan	3 Repetisi
6 – 8	A. Pemanasan <ol style="list-style-type: none"> 1. Peregangan statis 2. Jogging 3. Peregangan dinamis B. Inti <p>Variasi Latihan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Latihan Menggiring Bola 18 Meter Persegi (<i>Dribble 20 Yard Square</i>) menggunakan rintangan sebanyak 9 rintangan 2. Latihan menggiring bola dengan bermain 	4 Repetisi

	dalam lingkaran dengan jumlah 8 pemain 3. Latihan menggiring bola dengan pola <i>envelope</i> selama 4 menit C. Pelemasan	
9 – 12	A. Pemanasan 1. Peregangan statis 2. Jogging 3. Peregangan dinamis B. Inti Variasi Latihan 1. Latihan Menggiring Bola 18 Meter Persegi (<i>Dribble 20 Yard Square</i>) menggunakan rintangan sebanyak 10 rintangan 2. Latihan menggiring bola dengan bermain dalam lingkaran dengan jumlah 9 pemain 3. Latihan menggiring bola dengan pola <i>envelope</i> selama 5 menit C. Pelemasan	5 Repetisi
13	A. Pemanasan 1. Peregangan statis 4. Jogging 5. Peregangan dinamis B. Inti Variasi Latihan 1. Latihan Menggiring Bola 18 Meter Persegi (<i>Dribble 20 Yard Square</i>) menggunakan rintangan sebanyak 6 rintangan 2. Latihan menggiring bola dengan bermain dalam lingkaran dengan jumlah 7 pemain 3. Latihan menggiring bola dengan pola <i>envelope</i> selama 3 menit C. Pelemasan	2 Repetisi
14 – 17	A. Pemanasan 1. Peregangan statis 2. Jogging 3. Peregangan dinamis B. Inti Variasi Latihan 1. Latihan Menggiring Bola 18 Meter Persegi (<i>Dribble 20 Yard Square</i>) menggunakan rintangan sebanyak 11	6 Repetisi

	<p>rintangan</p> <ol style="list-style-type: none">2. Latihan menggiring bola dengan bermain dalam lingkaran dengan jumlah 10 pemain3. Latihan menggiring bola dengan pola <i>envelope</i> selama 6 menit <p>C. Pelemasan</p>	
18	TES AKHIR	

Lampiran 3. Penghitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Awal

$$\begin{aligned}
 Sti &= 2915 & K &= 1 + 3,3 \log n \\
 Str &= 2159 & &= 1 + 3,3 \log 20 = 5 \\
 R &= 2915 - 2159 = 756 & P &= \frac{R}{K} = \frac{756}{5} = 152
 \end{aligned}$$

Interval	Tally	f_i	f_{cum}	c_i	$f_i c_i$	$f_i c_i^2$	Batas Kelas	Nilai Z	O-Z	Luas Interval	E_i	O_i	$\frac{(O_i - E_i)}{E_i}$
2159 – 2310	///	4	4	-2	-8	16	2158,5	-1,70	0,4554	0,1587	3,2	4	0,20
2311 – 2462	//// //	8	12	-1	-8	8	2310,5	-0,83	0,2967	0,3127	6,3	8	0,46
2463 – 2614	///	4	16	0	0	0	2462,5	0,04	0,0160	0,3052	6,1	4	0,72
2615 – 2766	///	3	19	1	3	3	2614,5	0,92	0,3212	0,1421	2,8	3	0,01
2767 – 2918	/	1	20	2	2	4	2766,5	1,79	0,4633	0,0328	0,7	1	0,13
					-11	31	2918,5	2,66	0,4961				$\sum \chi^2 = 1,52$

$$\begin{aligned}
 \bar{X} &= X_o + P \frac{(\sum f_i c_i)}{n} & S &= P \sqrt{\frac{n \cdot \sum f_i c_i^2 - (\sum f_i c_i)^2}{n(n-1)}} \\
 &= 2538,5 + 152 \frac{-11}{20} & &= 152 \sqrt{\frac{20 \times 31 - 121}{380}} \\
 &= 2538,5 - 83,6 & &= 174 = 1,74 \\
 &= 2454,9 = 2453 & & \\
 &= 24,55 & &
 \end{aligned}$$

$$\left. \begin{array}{l} \chi^2_{hitung} = 1,52 \\ \chi^2_{0,95(k-3)} = 5,99 \end{array} \right\} \text{Normal}$$

Lampiran 4. Penghitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Akhir

$$St_i = 2525$$

$$Str = 1905$$

$$R = 2525 - 1905 = 620 \quad P = \frac{R}{K} = \frac{620}{5} = 124$$

$$K = 1 + 3,3 \log n \\ = 1 + 3,3 \log 20 = 5$$

Interval	Tally	f_i	f_{cum}	c_i	$f_i c_i$	$f_i c_i^2$	Batas Kelas	Nilai Z	O-Z	Luas Interval	E_i	O_i	$\frac{(O_i - E_i)}{E_i}$
1905 – 2028		5	5	-2	-10	20	1904,5	-1,66	0,4515	0,1175	2,4	5	0,82
2029 – 2152	///	3	8	-1	-3	3	2028,5	-0,97	0,3340	0,2237	4,5	3	0,50
2153 – 2276	///	4	12	0	0	0	2152,5	-0,28	0,1103	0,2731	5,5	4	0,41
2277 – 2400	///	5	17	1	5	5	2276,5	0,42	0,1628	0,3665	4,1	5	0,20
2401 – 2525	///	3	20	2	6	12	2400,5	1,11	0,3665	0,4649	2,0	3	0,50
					-2	40	2525,5	1,81	0,4649				$\sum \chi^2 = 4,43$

$$\bar{X} = X_o + P \frac{(\sum f_i c_i)}{n}$$

$$S = P \sqrt{\frac{n \cdot \sum f_i c_i^2 - (\sum f_i c_i)^2}{n(n-1)}}$$

$$= 2214,5 + 124 \left(\frac{-2}{20} \right)$$

$$= 124 \sqrt{\frac{20 \times 40 - 4}{380}}$$

$$= 2214,5 - 12,4$$

$$= 179 = 1,79$$

$$= 2202 = 22,02$$

$$S^2 = 3,2041$$

$$\begin{aligned} \chi^2 \text{ hitung} &= 4,43 \\ \chi^2 0,95(k-3) &= 5,99 \end{aligned} \left. \right\} \text{Normal}$$

Lampiran 5. Uji Homogenitas Data dan Uji Hipotesis

$$F = \frac{S_1^2}{S_2^2} = \frac{3,2041}{3,0276} = 1,06$$

} Homogen

$$F_{0,95}(20:20) = 2,12$$

Uji Hipotesis

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}} = \frac{24,55 - 22,02}{\sqrt{\frac{3,2041}{20} + \frac{3,0276}{20}}} = \frac{2,53}{\sqrt{0,61 + 0,15}} = \frac{2,53}{0,56} = 4,52$$

Terima hipotesis nol jika $t' \leq \frac{w_1 t_1 + w_2 t_2}{w_1 + w_2}$

$$w_1 = \frac{S_1^2}{n_1} = 0,16 \quad t_1 = t_{0,975}(19) = 1,73$$

$$w_2 = \frac{S_2^2}{n_1} = 0,15 \quad t_2 = t_{0,975}(19) = 1,73$$

$$\frac{w_1 t_1 + w_2 t_2}{w_1 + w_2} = \frac{(0,16)(1,73) + (0,15)(1,73)}{0,16 + 0,15} = 1,73$$

- t' hitung 4,53 lebih besar dari t' tabel (1,73)
- H_0 ditolak
- Terdapat pengaruh yang berarti

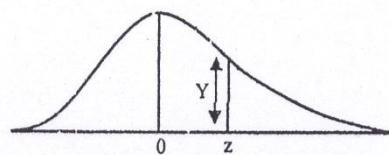
Lampiran 6. Tabel Distribusi Normal

Ordinaly

Untuk Lengkungan Normal

Standar pada Titik z

(Bilangan dalam Badan Daftar
Menyatakan Desimal)



z	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0,0	0,0000	0,0040	0,0080	0,0120	0,0160	0,0199	0,0239	0,0279	0,0319	0,0359
0,1	0,0398	0,0438	0,0478	0,0517	0,0557	0,0596	0,0636	0,0675	0,0714	0,0754
0,2	0,0793	0,0832	0,0871	0,0910	0,0948	0,0987	0,1026	0,1064	0,1103	0,1141
0,3	0,1179	0,1217	0,1255	0,1293	0,1331	0,1368	0,1406	0,1443	0,1480	0,1517
0,4	0,1554	0,1591	0,1628	0,1664	0,1700	0,1736	0,1772	0,1808	0,1844	0,1879
0,5	0,1915	0,1950	0,1985	0,2019	0,2054	0,2088	0,2123	0,2157	0,2190	0,2224
0,6	0,2258	0,2291	0,2324	0,2357	0,2389	0,2422	0,2454	0,2486	0,2518	0,2549
0,7	0,2580	0,2612	0,2642	0,2673	0,2704	0,2734	0,2764	0,2794	0,2823	0,2852
0,8	0,2881	0,2910	0,2939	0,2967	0,2996	0,3023	0,3051	0,3078	0,3106	0,3133
0,9	0,3159	0,3186	0,3212	0,3238	0,3264	0,3289	0,3315	0,3340	0,3365	0,3389
1,0	0,3413	0,3438	0,3461	0,3485	0,3508	0,3530	0,3554	0,3577	0,3599	0,3621
1,1	0,3643	0,3665	0,3686	0,3708	0,3729	0,3749	0,3770	0,3790	0,3810	0,3830
1,2	0,3849	0,3869	0,3888	0,3907	0,3925	0,3944	0,3962	0,3980	0,3997	0,4015
1,3	0,4032	0,4049	0,4066	0,4082	0,4099	0,4115	0,4131	0,4147	0,4162	0,4177
1,4	0,4192	0,4207	0,4222	0,4236	0,4251	0,4265	0,4279	0,4292	0,4306	0,4319
1,5	0,4332	0,4345	0,4357	0,4370	0,4382	0,4394	0,4406	0,4418	0,4429	0,4441
1,6	0,4452	0,4463	0,4474	0,4484	0,4495	0,4505	0,4515	0,4525	0,4535	0,4545
1,7	0,4554	0,4564	0,4573	0,4582	0,4591	0,4599	0,4608	0,4646	0,4626	0,4633
1,8	0,4641	0,4649	0,4656	0,4664	0,4671	0,4678	0,4686	0,4696	0,4699	0,4706
1,9	0,4713	0,4719	0,4726	0,4732	0,4738	0,4744	0,4750	0,4756	0,4761	0,4767
2,0	0,4772	0,4778	0,4783	0,4788	0,4793	0,4798	0,4803	0,4808	0,4812	0,4817
2,1	0,4821	0,4826	0,4830	0,4834	0,4838	0,4842	0,4846	0,4850	0,4854	0,4857
2,2	0,4861	0,4864	0,4868	0,4871	0,4875	0,4878	0,4881	0,4884	0,4887	0,4890
2,3	0,4893	0,4896	0,4898	0,4901	0,4904	0,4906	0,4909	0,4911	0,4913	0,4916
2,4	0,4918	0,4920	0,4922	0,4925	0,4927	0,4929	0,4931	0,4932	0,4934	0,4936
2,5	0,4938	0,4940	0,4941	0,4943	0,4945	0,4946	0,4948	0,4949	0,4951	0,4952
2,6	0,4953	0,4955	0,4956	0,4957	0,4959	0,4960	0,4961	0,4962	0,4963	0,4964
2,7	0,4965	0,4966	0,4967	0,4968	0,4969	0,4970	0,4971	0,4972	0,4973	0,4974
2,8	0,4974	0,4975	0,4976	0,4977	0,4977	0,4978	0,4979	0,4979	0,4980	0,4981
2,9	0,4981	0,4982	0,4982	0,4983	0,4984	0,7984	0,4985	0,4985	0,4986	0,4986
3,0	0,4987	0,4987	0,4987	0,4988	0,4988	0,4989	0,4989	0,4989	0,4990	0,4990
3,1	0,4990	0,4991	0,4991	0,4991	0,4992	0,4992	0,4992	0,4992	0,4993	0,4993
3,2	0,4993	0,4993	0,4994	0,4994	0,4994	0,4994	0,4994	0,4995	0,4995	0,4995
3,3	0,4995	0,4995	0,4995	0,4995	0,4996	0,4996	0,4996	0,4996	0,4996	0,4997
3,4	0,4997	0,4997	0,4997	0,4997	0,4997	0,4997	0,4997	0,4997	0,4997	0,4998
3,5	0,4998	0,4998	0,4998	0,4998	0,4998	0,4998	0,4998	0,4998	0,4998	0,4998
3,6	0,4998	0,4998	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999
3,7	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999
3,8	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999	0,4999
3,9	0,5000	0,5000	0,5000	0,5000	0,5000	0,5000	0,5000	0,5000	0,5000	0,5000

Sumber : Suharsimi Arikunto (1998 : 367)

Lampiran 7. Tabel Uji Homogenitas

Tabel Nilai Persentase untuk **Distribusi Chi-Kuadrat (χ^2)** dengan Derajat Kebebasan v (bidang gelap = p)

v	$\chi_{0,995}$	$\chi_{0,99}$	$\chi_{0,975}$	$\chi_{0,95}$	$\chi_{0,90}$	$\chi_{0,75}$	$\chi_{0,50}$	$\chi_{0,25}$	$\chi_{0,10}$	$\chi_{0,05}$	$\chi_{0,025}$	$\chi_{0,01}$	$\chi_{0,005}$
1	7,88	6,63	5,01	3,84	2,71	1,32	0,455	0,102	0,0158	0,0039	0,0010	0,0002	0,0000
2	10,6	9,21	7,33	5,99	4,61	1,77	1,39	0,575	0,211	0,103	0,506	0,0201	0,100
3	12,8	11,3	9,35	7,81	6,25	4,11	2,37	1,21	0,584	0,352	0,216	0,115	0,072
4	14,9	13,3	11,1	9,49	7,78	5,39	3,36	1,92	1,06	0,711	0,484	0,297	0,207
5	16,7	15,1	12,8	11,1	9,24	6,63	4,35	2,67	1,61	1,15	0,831	0,554	0,412
6	18,5	16,8	14,4	12,6	10,6	7,84	5,35	3,45	2,20	1,64	1,24	0,872	0,676
7	20,3	18,5	16,0	14,1	12,0	9,04	6,35	4,25	2,83	2,17	1,69	1,24	0,989
8	22,0	20,1	17,5	15,5	13,4	10,2	7,34	5,07	3,49	2,73	2,18	1,65	0,13
9	23,6	21,7	19,0	16,9	14,7	11,4	8,34	5,90	4,17	3,33	2,70	2,09	0,17
10	25,2	23,2	20,5	18,3	16,0	12,5	9,34	6,74	4,87	3,94	3,25	2,56	2,16
11	26,8	24,7	21,9	19,7	17,3	13,7	10,3	7,58	5,58	4,57	3,82	3,05	2,60
12	28,3	26,2	23,3	21,0	18,5	14,8	11,3	8,44	6,30	5,23	4,40	3,57	3,07
13	29,8	27,7	24,7	22,4	19,8	16,0	12,3	9,30	7,04	5,89	5,01	4,11	3,57
14	31,3	29,1	26,1	23,7	21,1	17,1	13,3	1,02	7,79	6,57	5,63	4,66	4,07
15	32,8	30,6	27,5	25,0	22,3	18,2	14,3	1,10	8,55	7,26	6,26	5,23	4,60
16	34,3	32,0	28,8	26,3	23,5	19,4	15,3	1,19	9,31	7,96	6,91	5,81	5,14
17	35,7	33,4	30,2	27,6	24,8	20,5	16,3	12,8	10,1	8,67	7,56	6,41	5,70
18	37,2	34,8	31,5	28,9	26,0	21,6	17,3	13,7	10,9	9,39	8,23	7,01	6,26
19	38,6	36,2	32,9	30,1	27,2	22,7	18,3	14,6	11,7	10,1	8,91	7,63	6,84
20	40,0	37,6	34,2	31,4	28,4	23,8	19,3	15,5	12,4	10,9	9,59	8,26	7,43
21	41,4	38,9	35,5	32,7	29,6	24,9	20,3	16,3	13,2	11,6	10,3	8,90	8,03
22	42,8	40,3	36,6	33,9	30,8	26,0	21,3	17,2	14,0	13,3	11,0	8,54	8,64
23	44,2	41,6	38,1	35,2	32,0	27,1	22,3	18,1	14,8	13,1	11,7	10,2	9,26
24	45,6	43,0	39,4	36,4	33,2	28,2	23,3	19,0	15,7	13,8	12,4	10,9	9,89
25	46,9	44,3	40,6	37,7	34,4	29,3	24,3	19,9	16,5	14,6	13,1	11,5	10,5
26	48,3	45,6	41,9	38,9	35,6	30,4	25,3	20,8	17,3	15,4	13,8	12,2	11,2
27	49,6	47,0	43,2	40,1	36,7	31,5	26,3	21,7	18,1	16,2	14,6	12,9	11,8
28	51,0	48,3	44,5	41,3	37,9	32,6	27,3	22,7	18,9	16,9	15,3	13,6	12,5
29	52,3	49,6	45,7	42,6	39,1	33,7	28,3	23,6	19,8	17,7	16,0	14,3	13,1
30	53,7	50,9	47,0	43,8	40,3	34,8	29,3	24,5	20,6	18,5	16,8	15,0	13,8
40	66,8	63,7	59,3	55,8	51,8	45,6	39,3	33,7	29,1	26,5	24,4	22,2	20,8
50	79,5	76,2	71,4	67,5	63,2	56,3	49,3	42,9	37,7	34,8	32,4	29,7	28,0
60	92,0	88,4	83,3	79,1	74,4	67,0	59,3	52,3	46,5	43,2	40,5	37,5	35,5
70	104,2	100,4	95,0	90,5	85,5	77,6	69,3	61,7	55,3	51,7	48,8	45,4	43,3
80	116,3	112,3	106,6	101,9	96,6	88,1	79,3	71,1	64,3	60,4	57,2	53,5	51,2
90	128,3	124,1	118,1	113,1	107,6	98,6	89,3	80,6	73,3	69,1	65,6	61,8	59,2
100	140,2	135,8	129,6	124,3	118,5	109,1	99,3	90,1	82,4	77,9	74,2	70,1	67,3

Sumber : Suharsimi Arikunto (1998 : 368)

Lampiran 8. Tabel Distribusi F

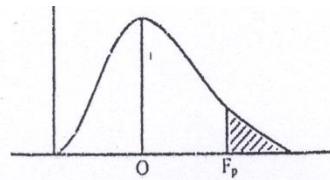
Nilai Persentil

untuk Distribusi F

(Bilangan dalam Badan Daftar

Menyatakan F_p ; Baris Atas untuk

$p = 0,05$ dan Baris Bawah untuk $p = 0,01$)



$v_2 = dk$ penyebut	$v_1 = dk$ pembilang																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	∞		
1	161 4052	200 4099	216 5403	225 5025	230 5764	234 5859	237 5928	239 5981	241 6022	242 6056	243 6082	244 6106	245 6142	246 6169	248 6208	249 6234	250 6250	251 6266	252 6302	253 6323	253 6334	254 6352	254 6361	254 6368		
2	18,51 98,49	19,00 99,01	19,16 99,17	19,25 99,25	19,30 99,30	19,33 99,33	19,36 99,36	19,37 99,36	19,38 99,38	19,39 99,40	19,40 99,41	19,41 99,42	19,42 99,43	19,43 99,44	19,44 99,46	19,45 99,47	19,46 99,48	19,46 99,48	19,47 99,49	19,47 99,49	19,47 99,49	19,48 99,49	19,49 99,49	19,49 99,49	19,50 99,50	19,50 99,50
3	10,13 34,12	9,55 30,81	9,28 29,46	9,12 28,71	9,01 28,21	8,94 27,91	8,88 27,57	8,84 27,49	8,81 27,34	8,78 27,23	8,76 27,13	8,74 27,05	8,71 26,92	8,69 26,83	8,66 26,69	8,64 26,60	8,62 26,50	8,60 26,41	8,58 26,30	8,57 26,27	8,56 26,23	8,54 26,18	8,54 26,14	8,53 26,12		
4	7,71 21,20	6,94 18,00	6,59 16,69	6,39 15,98	6,26 15,82	6,16 16,21	6,09 14,98	6,04 14,80	6,00 14,66	5,98 14,54	5,93 14,45	5,91 14,37	5,87 14,24	5,84 14,15	5,84 14,02	5,60 13,93	5,77 13,83	5,74 13,74	5,68 13,69	5,66 13,61	5,65 13,57	5,64 13,52	5,63 13,48			
5	5,61 16,28	5,79 13,27	5,41 12,06	5,19 11,39	5,05 10,97	4,95 10,67	4,88 10,43	4,82 10,27	4,78 10,15	4,74 10,05	4,70 9,96	4,66 9,89	4,64 9,77	4,60 9,68	4,56 9,53	4,53 9,47	4,50 9,38	4,46 9,29	4,44 9,24	4,42 9,17	4,40 9,13	4,38 9,07	4,37 9,04	4,36 8,88		
6	5,99 13,74	5,14 10,92	4,76 9,78	4,53 9,15	4,39 8,75	4,28 8,47	4,21 8,26	4,15 8,10	4,10 7,98	4,06 7,87	4,03 7,79	4,00 7,72	3,96 7,60	3,92 7,52	3,87 7,39	3,84 7,31	3,81 7,23	3,77 7,14	3,75 7,09	3,72 7,02	3,71 6,99	3,69 6,94	3,68 6,90	3,67 6,88		
7	5,59 12,25	4,74 9,55	4,35 8,45	4,12 7,85	3,97 7,46	3,87 7,19	3,79 7,00	3,73 6,84	3,68 6,71	3,63 6,62	3,57 6,54	3,57 6,47	3,52 6,36	3,49 6,27	3,44 6,15	3,41 6,07	3,38 5,98	3,34 5,90	3,32 5,85	3,29 5,78	3,28 5,70	3,25 5,67	3,24 5,65			
8	5,32 11,26	4,46 8,63	4,07 7,59	3,84 7,01	3,69 6,63	3,56 6,37	3,50 6,19	3,44 6,03	3,39 5,91	3,34 5,82	3,31 5,74	3,28 5,67	3,23 5,56	3,20 5,48	3,15 5,36	3,12 5,28	3,08 5,20	3,05 5,11	3,03 5,06	3,00 5,00	2,98 4,96	2,96 4,91	2,94 4,88	2,03 2,03		
9	5,12 10,56	4,26 8,02	3,88 6,99	3,63 6,42	3,48 6,06	3,37 5,80	3,29 5,62	3,23 5,47	3,18 5,35	3,13 5,28	3,10 5,18	3,07 5,11	3,02 5,00	2,98 4,92	2,93 4,80	2,90 4,73	2,82 4,64	2,77 4,56	2,76 4,51	2,73 4,45	2,72 4,41	2,71 4,33	2,71 4,31			
10	4,96 10,04	4,10 7,56	3,71 6,55	3,48 5,99	3,33 5,64	3,22 5,39	3,14 5,21	3,07 5,06	3,02 4,95	2,97 4,85	2,94 4,78	2,91 4,71	2,86 4,60	2,82 4,52	2,77 4,41	2,74 4,33	2,70 4,25	2,67 4,17	2,64 4,12	2,61 4,05	2,60 4,01	2,56 3,96	2,55 3,93	2,54 3,91		
11	4,84 9,65	3,98 7,20	3,59 6,22	3,36 5,67	3,20 5,32	3,09 5,07	3,01 4,88	2,95 4,74	2,90 4,63	2,86 4,54	2,82 4,46	2,79 4,40	2,74 4,29	2,70 4,21	2,65 4,10	2,61 4,02	2,57 3,94	2,53 3,86	2,50 3,80	2,47 3,74	2,45 3,70	2,42 3,66	2,41 3,62			
12	4,75 9,07	3,88 6,70	3,49 5,74	3,26 5,20	3,11 4,86	3,00 4,62	2,92 4,44	2,85 4,30	2,80 4,19	2,76 4,10	2,72 4,02	2,69 3,96	2,64 3,85	2,60 3,78	2,54 3,70	2,50 3,59	2,46 3,51	2,42 3,42	2,40 3,37	2,36 3,30	2,35 3,27	2,32 3,21	2,31 3,18			
13	4,67 9,07	3,80 6,70	3,41 5,74	3,18 5,20	3,02 4,88	2,92 4,62	2,84 4,44	2,77 4,30	2,72 4,19	2,67 4,10	2,63 4,02	2,60 3,96	2,55 3,85	2,51 3,78	2,46 3,67	2,42 3,59	2,38 3,51	2,34 3,42	2,32 3,37	2,28 3,30	2,26 3,27	2,24 3,21	2,22 3,18			
14	4,60 8,86	3,74 6,21	3,34 5,56	3,11 5,03	2,96 4,69	2,85 4,48	2,77 4,28	2,70 4,14	2,64 4,03	2,59 3,94	2,55 3,86	2,51 3,80	2,51 3,70	2,48 3,62	2,48 3,51	2,39 3,43	2,33 3,34	2,26 3,26	2,25 3,21	2,18 3,14	2,15 3,11	2,12 3,06	2,08 3,00			
15	4,54 8,68	3,68 6,36	3,29 5,42	3,06 4,89	2,90 4,08	2,79 4,32	2,70 4,14	2,64 4,00	2,59 3,89	2,55 3,80	2,51 3,73	2,48 3,67	2,43 3,56	2,39 3,48	2,33 3,36	2,29 3,29	2,25 3,20	2,22 3,12	2,18 3,07	2,15 3,00	2,12 2,97	2,10 2,92	2,08 2,87			
16	4,49 8,53	3,63 6,23	3,24 5,29	3,01 4,77	2,86 4,44	2,74 4,20	2,66 4,03	2,59 3,89	2,54 3,70	2,49 3,69	2,46 3,61	2,42 3,55	2,37 3,45	2,37 3,37	2,35 3,25	2,34 3,18	2,28 3,10	2,24 3,01	2,20 2,96	2,16 2,86	2,09 2,00	2,07 2,77	2,04 2,75			
17	4,45 8,40	3,59 6,11	3,20 5,10	2,96 4,67	2,81 4,34	2,70 4,10	2,62 3,93	2,55 3,68	2,50 3,59	2,45 3,52	2,41 3,40	2,38 3,35	2,33 3,27	2,20 3,16	2,23 3,16	2,19 3,06	2,15 3,00	2,11 2,92	2,08 2,84	2,04 2,76	2,02 2,72	1,98 2,67	1,97 2,65			
18	4,38 8,28	3,52 6,01	3,13 5,09	2,90 4,58	2,74 4,25	2,63 4,01	2,55 3,85	2,48 3,71	2,43 3,60	2,38 3,51	2,34 3,41	2,31 3,37	2,28 3,27	2,21 3,19	2,15 3,07	2,11 3,00	2,07 2,91	2,02 2,83	1,98 2,78	1,94 2,71	1,91 2,68	1,90 2,59	1,88 2,57			
19	4,38 8,18	3,52 5,93	3,13 5,01	2,90 4,50	2,74 4,17	2,63 3,94	2,55 3,77	2,48 3,63	2,43 3,52	2,38 3,43	2,34 3,36	2,31 3,30	2,26 3,19	2,23 3,12	2,18 3,00	2,12 2,92	2,11 2,84	2,08 2,76	2,04 2,70	1,96 2,63	1,94 2,56	1,91 2,47	1,90 2,44			
20	4,35 8,10	3,49 5,85	3,10 4,54	2,87 4,43	2,71 4,10	2,60 3,87	2,52 3,71	2,45 3,56	2,40 3,46	2,35 3,37	2,31 3,30	2,26 3,23	2,23 3,13	2,18 3,05	2,12 3,04	2,08 2,94	2,04 2,86	1,99 2,77	1,96 2,69	1,92 2,63	1,90 2,56	1,87 2,53	1,85 2,42			
21	4,32 8,02	3,47 5,78	3,07 4,87	2,84 4,37	2,68 4,04	2,57 3,81	2,49 3,65	2,42 3,51	2,37 3,40	2,32 3,31	2,27 3,24	2,25 3,17	2,20 3,07	2,15 2,97	2,09 2,88	2,04 2,80	2,00 2,72	1,96 2,03	1,93 2,58	1,93 2,51	1,89 2,47	1,87 2,42	1,84 2,38			
22	4,30 7,94	3,44 5,72	3,05 4,02	2,82 4,31	2,66 3,99	2,55 3,76	2,47 3,59	2,40 3,45	2,35 3,36	2,30 3,26	2,26 3,18	2,23 3,12	2,13 3,02	2,13 2,94	2,07 2,83	2,03 2,75	1,98 2,67	1,93 2,58	1,91 2,53	1,87 2,46	1,84 2,42	1,81 2,37	1,78 2,31			

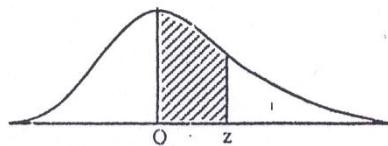
Lanjutan Tabel Distribusi F

$v_1 \approx dk$ penyebut	$v_1 \approx dk$ pembilang																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	∞
23	4,28 7,88	3,12 5,66	3,03 4,78	2,80 4,26	2,64 3,94	2,53 3,71	2,45 3,54	2,38 3,41	2,32 3,30	2,28 3,21	2,24 3,14	2,20 3,07	2,14 2,97	2,10 2,89	2,04 2,78	2,00 2,70	1,96 2,62	1,91 2,53	1,88 2,48	1,84 2,41	1,83 2,37	1,79 2,32	1,77 2,28	1,76 2,26
24	4,26 7,82	3,40 3,61	3,01 4,72	2,78 4,52	2,62 3,90	2,31 3,67	2,43 3,30	2,36 3,36	2,30 3,23	2,26 3,17	2,22 2,00	2,18 3,63	2,13 2,83	2,00 2,88	2,02 2,74	1,94 2,64	1,89 2,44	1,84 2,34	1,87 2,33	1,86 2,34	1,74 2,32	1,74 2,52	1,76 2,27	
25	4,22 7,72	5,37 5,57	2,99 4,68	2,76 4,18	2,60 3,88	2,49 3,63	2,41 2,48	2,34 3,32	2,28 3,21	2,24 3,13	2,20 3,06	2,16 2,99	2,11 2,89	2,08 2,77	2,00 2,71	1,96 2,62	1,92 2,45	1,87 2,40	1,80 2,32	1,77 2,29	1,74 2,23	1,72 2,17		
26	4,32 7,72	3,37 5,53	2,89 4,64	2,74 4,14	2,59 3,82	2,47 3,39	2,39 3,42	2,37 3,29	2,30 3,17	2,27 3,08	2,22 3,02	2,18 2,98	2,16 2,84	2,10 2,77	2,06 2,64	1,99 2,58	1,95 2,40	1,90 2,41	1,85 2,46	1,87 2,46	1,78 2,25	1,76 2,19	1,77 2,15	
27	4,31 7,64	3,35 5,46	2,96 4,60	2,73 4,14	2,57 3,39	2,46 3,56	2,37 3,39	2,30 3,06	2,25 3,14	2,20 3,06	2,16 2,98	2,13 2,93	2,08 2,81	2,03 2,71	1,97 2,63	1,93 2,65	1,88 2,47	1,84 2,38	1,76 2,25	1,74 2,21	1,71 2,16	1,68 2,12	1,67 2,30	
28	4,20 7,64	3,34 5,46	2,95 4,57	2,71 4,07	2,34 3,33	3,37 3,39	2,29 3,3	3,24 3,11	2,19 3,03	2,24 3,11	2,16 2,96	2,12 2,93	2,06 2,80	2,02 2,71	1,96 2,60	1,91 2,44	1,87 2,35	1,81 2,30	1,78 2,18	1,72 2,18	1,66 2,13	1,87 2,09		
29	4,16 7,50	3,33 5,52	2,93 4,04	2,70 3,37	2,54 3,50	2,43 3,23	2,35 3,20	2,28 3,06	2,22 3,00	2,18 2,92	2,14 2,87	2,10 2,80	2,05 2,68	2,00 2,57	1,94 2,48	1,90 2,41	1,88 2,32	1,80 2,27	1,77 2,19	1,73 2,13	1,71 2,13	1,66 2,12	1,63 2,03	
30	4,17 7,56	3,32 6,52	2,92 4,51	2,69 4,02	2,53 3,70	2,42 3,47	2,34 3,30	2,27 3,17	2,21 .06	2,16 2,06	2,12 2,90	2,09 1,84	2,01 2,71	1,96 2,66	1,90 2,36	1,89 2,47	1,86 2,38	1,83 2,29	1,79 2,24	1,76 2,16	1,72 2,13	1,69 2,07	1,66 2,03	
32	4,15 7,50	3,20 6,24	2,60 4,16	2,57 3,97	7,81 3,64	2,10 3,47	2,32 3,23	2,25 3,12	2,19 3,01	2,14 2,91	2,10 2,66	3,01 2,86	2,06 7,10	2,02 2,62	1,96 2,31	1,91 2,12	1,88 2,31	1,87 2,23	1,76 2,20	1,69 2,12	1,67 2,08	1,64 2,02	1,61 1,98	
34	4,13 7,44	3,26 6,26	2,80 4,38	7,63 3,69	3,48 3,88	3,36 3,33	7,78 3,18	2,30 3,71	3,72 3,00	3,17 2,07	2,12 2,89	2,88 2,82	2,03 2,62	2,00 1,66	1,95 1,36	1,89 2,17	1,81 2,36	1,80 2,10	1,71 2,21	1,71 2,13	1,61 2,08	1,59 1,91		
36	4,11 7,39	3,26 6,26	2,80 4,38	2,63 3,69	2,48 3,86	2,26 2,33	2,78 3,18	2,21 3,01	2,15 2,97	2,10 2,86	2,04 2,18	2,03 2,12	1,93 2,62	1,87 1,66	1,87 1,66	1,82 1,66	1,59 1,35	1,82 2,00	1,59 1,91	1,58 1,90	1,39 1,84			
38	4,10 7,36	3,25 6,21	2,45 4,31	2,42 3,60	2,46 3,61	2,75 3,32	2,26 3,15	2,10 3,02	2,11 2,01	2,06 2,82	2,03 2,75	2,02 3,69	1,96 2,19	1,85 2,10	1,80 2,32	1,76 2,11	1,71 2,22	1,65 2,00	1,60 1,97	1,57 1,90	1,59 1,91	1,51 1,84		
40	4,08 7,31	3,23 5,16	2,81 3,03	2,45 3,81	2,31 2,20	2,75 3,12	2,18 2,99	2,12 2,86	2,01 2,70	2,01 2,66	1,96 2,68	2,00 2,36	1,95 2,34	1,90 2,26	1,81 2,22	1,71 2,29	1,64 2,11	1,60 2,11	1,61 2,05	1,59 1,92	1,53 1,91	1,61 1,88		
42	4,07 7,27	3,22 4,13	2,82 4,28	2,68 3,18	3,13 3,16	2,31 3,21	2,71 3,18	2,12 2,96	2,11 2,66	2,06 2,06	2,07 2,76	1,99 2,81	1,89 2,26	1,87 2,16	1,78 2,11	1,73 2,22	1,64 2,11	1,64 2,08	1,60 1,91	1,57 1,63	1,59 1,84			
44	4,06 7,21	3,21 6,12	2,87 4,26	2,68 3,15	2,43 3,46	2,31 3,21	7,73 3,07	2,16 2,91	7,10 2,81	2,03 2,73	2,01 3,68	1,98 2,02	1,98 2,11	1,98 2,32	1,88 2,71	1,81 2,21	1,78 2,06	1,68 2,00	1,83 1,92	1,85 2,00	1,54 1,92	1,62 1,78		
46	4,03 7,21	3,20 8,10	2,81 4,24	2,57 2,76	7,12 3,44	7,30 3,22	2,30 3,03	2,14 2,92	2,09 2,62	2,01 2,73	2,00 2,73	1,91 2,60	1,91 2,50	1,87 2,42	1,89 2,35	1,75 2,21	1,71 2,13	1,85 2,01	1,67 1,90	1,57 1,90	1,53 1,80	1,49 1,74		
48	4,01 7,19	3,10 3,08	2,80 4,22	2,37 3,76	2,12 3,44	2,30 2,22	3,14 3,42	2,02 2,80	3,03 2,71	1,98 2,61	1,96 2,56	1,80 2,28	1,86 2,20	1,79 2,11	1,71 2,02	1,64 2,01	1,64 1,91	1,64 1,91	1,56 1,88	1,35 4,57	1,54 1,81	1,36 1,11		
50	1,03 7,17	3,18 5,08	2,79 4,20	2,38 3,72	2,10 3,11	2,29 3,18	2,20 3,02	2,13 2,68	2,07 2,78	2,02 2,70	1,98 2,62	1,93 2,36	1,90 2,13	1,83 2,39	1,78 2,26	1,71 2,13	1,69 2,10	1,65 2,00	1,55 1,91	1,52 2,93	1,18 2,82	1,16 1,71		
55	1,02 7,12	3,17 5,01	2,78 4,16	2,51 3,68	2,38 3,37	2,27 3,15	2,18 2,98	2,11 2,83	2,03 2,73	2,00 2,66	1,97 2,50	1,93 2,43	1,83 2,35	1,76 2,23	1,72 2,15	1,67 2,00	1,61 1,96	1,58 1,80	1,52 1,82	1,50 1,78	1,46 1,71	1,11 1,66		
60	1,00 7,08	3,15 4,98	2,76 4,13	2,52 3,85	2,37 3,31	2,23 2,95	2,17 2,82	2,10 2,72	2,01 2,63	1,99 2,56	1,95 2,50	1,92 2,45	1,83 2,33	1,83 2,28	1,73 2,15	1,70 2,12	1,63 2,03	1,58 1,93	1,56 1,87	1,54 1,79	1,54 1,70			
65	3,99 7,01	3,91 4,95	2,75 4,00	251 3,82	2,36 3,31	2,21 3,09	2,15 2,93	2,08 2,79	2,02 2,70	1,98 2,61	1,91 2,51	1,91 2,47	1,83 2,37	1,73 2,30	1,70 2,18	1,62 2,09	1,56 2,00	1,53 1,90	1,51 1,81	1,49 1,76	1,46 1,66			
70	3,98 7,01	3,13 4,92	2,71 4,00	2,50 3,80	2,35 3,20	2,32 3,07	2,11 2,91	2,07 2,77	2,01 2,67	1,97 2,59	1,93 2,51	1,89 2,45	1,81 2,33	1,79 2,28	1,72 2,15	1,67 2,07	1,62 1,98	1,56 1,82	1,47 1,74	1,45 1,69	1,37 1,63			
100	3,94 6,90	3,09 4,82	2,70 3,98	2,46 3,81	2,30 3,20	2,19 2,99	2,10 2,82	2,03 2,69	1,97 2,59	1,92 2,51	1,88 2,43	1,83 2,34	1,78 2,26	1,72 2,19	1,67 2,06	1,60 1,98	1,56 1,89	1,51 1,73	1,48 1,61	1,42 1,59	1,39 1,43			
400	3,68 6,70	3,02 4,66	2,62 3,83	2,39 3,36	2,23 3,06	2,12 2,65	2,03 2,55	1,96 2,48	1,91 2,37	1,88 2,29	1,83 2,23	1,78 2,12	1,72 2,01	1,67 1,92	1,60 1,84	1,51 1,74	1,49 1,84	1,42 1,57	1,40 1,47	1,38 1,42	1,28 1,24			
1000	3,85 6,68	3,00 4,6	2,61 3,80	2,38 3,34	2,20 3,04	2,12 2,82	2,02 2,66	1,95 2,53	1,89 2,43	1,84 2,34	1,88 2,26	1,83 2,22	1,75 2,00	1,69 1,99	1,60 1,87	1,53 1,79	1,47 1,80	1,41 1,52	1,36 1,41	1,28 1,24	1,16 1,11			
∞	3,84 6,61	2,99 4,60	2,60 3,78	2,37 3,32	2,21 3,02	2,09 2,80	2,01 2,64	1,94 2,51	1,88 2,41	1,83 2,32	1,79 2,24	1,75 2,18	1,69 2,00	1,64 1,99	1,57 1,87	1,52 1,79	1,48 1,80	1,40 1,52	1,35 1,41	1,28 1,24	1,16 1,00			

Sumber : Suahsimi Arikunto (1998 : 369)

Lampiran 9. Tabel Distribusi t

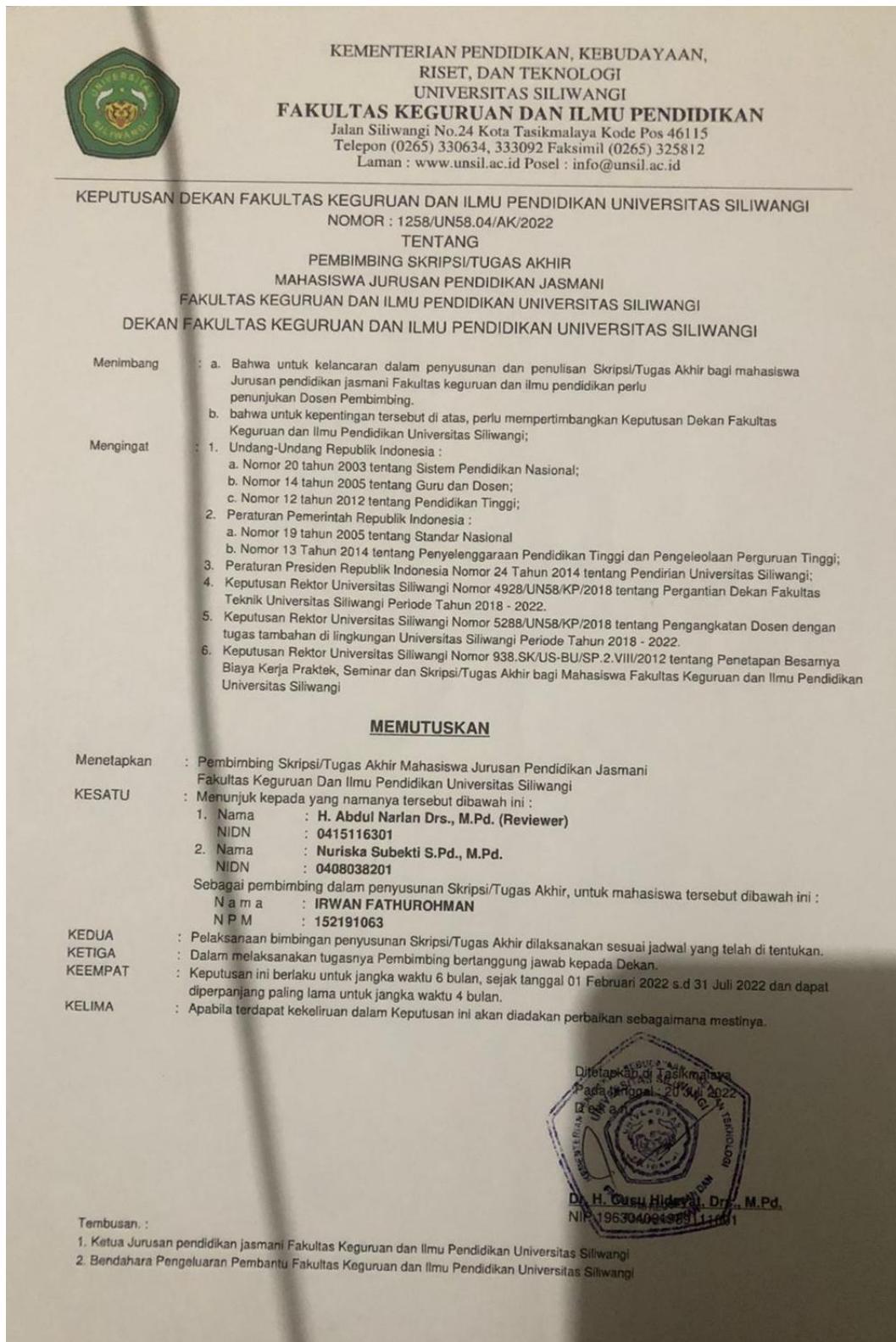
Luas di bawah lengkungan Normal
 Standar dari O ke z
 (Bilangan di bahan daftar
 menyatakan desimal)



v	$t_{0,995}$	$t_{0,99}$	$t_{0,975}$	$t_{0,95}$	$t_{0,90}$	$t_{0,80}$	$t_{0,75}$	$t_{0,70}$	$t_{0,60}$	$t_{0,55}$
1	63,66	31,82	12,71	6,31	3,08	1,376	1,000	0,272	0,325	0,158
2	9,93	6,96	4,30	2,92	1,89	1,061	0,816	0,617	0,289	0,142
3	5,48	4,54	3,18	2,35	1,64	0,978	0,765	0,584	0,277	0,137
4	4,60	3,75	2,78	2,13	1,53	0,941	0,741	0,569	0,271	0,134
5	4,03	3,36	2,57	2,02	1,48	0,920	0,727	0,559	0,267	0,132
6	3,71	3,14	2,45	1,94	1,44	0,906	0,718	0,553	0,265	0,131
7	3,50	3,00	2,36	1,90	1,42	0,896	0,711	0,549	0,263	0,130
9	3,36	2,90	2,31	1,86	1,40	0,889	0,706	0,546	0,262	0,130
8	3,25	2,82	2,26	1,83	1,38	0,883	0,703	0,543	0,261	0,129
10	3,17	2,76	2,23	1,81	1,37	0,879	0,700	0,542	0,260	0,129
11	3,11	2,72	2,20	1,80	1,36	0,876	0,697	0,540	0,260	0,129
12	3,06	2,68	2,18	1,78	1,36	0,873	0,695	0,539	0,259	0,128
13	2,88	2,65	2,16	1,77	1,35	0,870	0,694	0,538	0,259	0,128
14	2,86	2,62	2,14	1,76	1,34	0,868	0,692	0,537	0,258	0,128
15	2,95	2,60	2,13	1,75	1,34	0,866	0,691	0,536	0,258	0,128
16	2,92	2,58	2,12	1,75	1,34	0,865	0,690	0,535	0,258	0,128
17	2,90	2,57	2,11	1,74	1,33	0,863	0,689	0,534	0,257	0,128
18	2,88	2,55	2,10	1,73	1,33	0,859	0,688	0,534	0,257	0,127
19	2,86	2,54	2,09	1,73	1,33	0,857	0,688	0,533	0,257	0,127
20	2,84	2,53	2,09	1,72	1,32	0,860	0,687	0,533	0,257	0,127
21	2,83	2,52	2,08	1,72	1,32	0,859	0,686	0,532	0,257	0,127
22	2,82	2,51	2,07	1,72	1,32	0,858	0,686	0,532	0,256	0,127
23	2,81	2,50	2,07	1,71	1,32	0,859	0,685	0,532	0,256	0,127
24	2,80	2,49	2,06	1,71	1,32	0,857	0,685	0,531	0,256	0,127
25	2,79	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,531	0,256	0,127
26	2,78	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,531	0,256	0,127
27	2,77	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,684	0,531	0,256	0,127
28	2,76	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,683	0,530	0,256	0,127
29	2,76	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,530	0,256	0,127
30	2,75	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,530	0,256	0,127
40	2,70	2,42	2,02	1,68	1,30	0,851	0,681	0,529	0,255	0,126
60	2,66	2,39	2,00	1,67	1,30	0,848	0,679	0,527	0,254	0,126
120	2,62	2,36	1,98	1,66	1,29	0,845	0,677	0,526	0,254	0,126
∞	2,58	2,33	1,96	1,65	1,28	0,842	0,674	0,524	0,253	0,126

Sumber : Suharsimi Arikunto (1998 : 371)

Lampiran 10. SK Bimbingan



Lampiran 11. Surat Izin Penelitian


**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS SILIWANGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**
 Jalan Siliwangi Nomor 24 Tlp. (0265) 323532 Fax. 323532 Tasikmalaya - 46115
 E-mail : fkip@unsil.ac.id Web Site : fkip.unsil.ac.id

Nomor : 276/UN58.10/KM.SKOP/2022
 Lampiran : -
 Perihal : **Izin Observasi/Penelitian**

Kepada Yth. : SSB BUFAL KARANGNUNGAL
 Di Tempat

Dalam rangka penyusunan Skripsi sebagai salah satu syarat dalam menempuh / menyelesaikan program pendidikan, mahasiswa kami:

Nama	: Irwan Fathu Rohman
Nomor Pokok	: 152191063
Program Studi	: Pendidikan Jasmani

bermaksud untuk mengadakan penelitian / observasi di . Adapun Judul Skripsi :

**PENGARUH VARIASI LATIHAN MENGGIRING BOLA TERHADAP
PENINGKATAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN
SEPAKBOLA.**

Untuk maksud tersebut di atas, kami mohon bantuan kesediaan Bapak/Ibu agar mahasiswa kami dapat memperoleh data yang diperlukan.

Atas segala perhatian dan partisipasi Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Tasikmalaya, 20 Juli 2022
 a.n. Dekan,
 Wakil Dekan Bidang Akademik
 dan Kemahasiswaan,


 Dr. Hj. Luris Wisnawati, M.Pd.
 NIP. 196106021985032002

Lampiran 12. Surat Pernyataan Melaksanakan Penelitian

Lampiran 13. Dokumentasi Sampel**Sampel****Peregangan**



Latihan Menggiring Bola 18 Meter Persegi (*Dribble 20 Yard Square*)



Latihan Menggiring Bola dengan Bermain dalam Lingkaran



Latihan Menggiring Bola dengan Pola *Envelope*



Tes Menggiring Bola