



LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Observasi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
PASCASARJANA
 Jalan Udayana Nomor 11 Singaraja, Bali 81116 Telepon (0362) 32558
 Laman www.pasca.undiksha.ac.id

Nomor : 2579/UN48.14/PP/2021
 Prihal : Surat Permohonan Observasi
 Lampiran : Judul yang sudah di ACC

Kepada
 Yth : Kepala MAN Karangasem
 di -
 Karangasem

Dengan hormat, dalam rangka percepatan penyelesaian Tesis Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, maka dengan ini kami mohon sekiranya Bapak/Ibu Pimpinan: Drs. Supriyanto, M.Pd berkenan memberikan **"ijin melakukan observasi"**. Adapun nama mahasiswa adalah:

Nama : Singgih Pamuji
 NIM : 2029121003
 Judul Penelitian : PENGARUH METODE PELATIHAN DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL MADRASAH ALIYAH NEGERI KARANGASEM
 Tempat melakukan observasi : MAN Karangasem

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan perkenan Bapak, kami ucapkan terima kasih..

Singaraja, 22 September 2021

Korprodi,



Dr. H. Wahjoedi
 NIP. 197001291994031002

Sekretaris,



Dr. I Ketut Iwan Swadesi, M.Or
 NIP. 197305112001121001




Mengetahui
 Direktur



Prof. Dr. Gusti Putu Suharta, M.Si
 NIP. 196212151988031002

Lampiran 2. Surat Keterangan Telah Melakukan Observasi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN KARANGASEM
MADRASAH ALIYAH NEGERI KARANGASEM
 Jalan Bukit Catu Subagan Karangasem Bali 80813
 Telepon (0363) 21397 / 4301191; Faksimili (0363) 21397
 Website : www.mansaka.sch.id ~ E-mail : manamlapura13@gmail.com

SURAT KETERANGAN
NOMOR : P- 691/Ma.18.5/PP.00.6/10/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini :

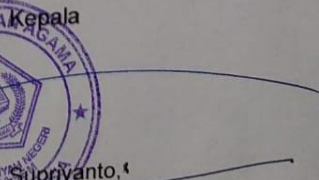
Nama : Drs. Supriyanto, M.Pd
 NIP : 196508181994031003
 Jabatan : Kepala MAN Karangasem


Menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas dibawah ini ;

Nama : Singgih Pamuji
 NIM : 2029121003
 Prodi : Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana –
 Universitas Pendidikan Ganesha (Undiksha).
 Judul Penelitian : Pengaruh Metode Pelatihan dan Koordinasi Mata Kaki
 Terhadap Ketepatan Shooting pada Siswa Ekstrakurikuler
 Futsal Madrasah Aliyah Negeri Karangasem
 Alamat : Telagamas - Karangasem

Adalah memang benar mahasiswa yang tersebut diatas telah melakukan observasi pada tanggal 01 Oktober 2021.
 Demikian surat keterangan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Karangasem, 01 Oktober 2021

Kepala

 Supriyanto, 1



Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data Penelitian


KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
PASCASARJANA
 Jalan Udayana Nomor 11 Singaraja, Bali 81116 Telepon (0362) 32558
 Laman www.pasca.undiksha.ac.id

Nomor : 3373/UN48.14/PP/2022
 Prihal : Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data
 Lampiran : Cover Judul, Persetujuan Pb I, II, dan Dewan Penguji.

Kepada

Yth : Kepala Sekolah Madrasah Aliyah Negeri Karangasem
 di -
 Karangasem

Dengan hormat, dalam rangka percepatan penyelesaian Tesis Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, maka dengan ini kami mohon sekiranya: Bapak Kepala Sekolah, berkenan memberikan **"ijin melakukan pengambilan data"**. Adapun nama mahasiswa adalah:

Nama : Singgih Pamuji
 NIM : 2029121003
 Judul Penelitian : Pengaruh Metode Pelatihan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Ketepatan Shooting Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Madrasah Aliyah Negeri Karangasem

Tempat pengambilan data : Madrasah Aliyah Negeri Karangasem

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan perkenan Bapak, kami ucapkan terima kasih.

Singaraja, 12 Oktober 2022

Korprodi,

 Dr. H. Wahjoedi
 NIP. 197001291994031002

Sekretaris,

 Dr. I Ketut Iwan Swadesi, M.Or
 NIP. 197305112001121001

Mengetahui
 Direktur

 Prof. Dr. I Gusti Putu Suharta, M.Si
 NIP. 196212151988031002

Lampiran 4. Surat Ijin Melaksanakan Pengambilan Data Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN KARANGASEM
MADRASAH ALIYAH NEGERI (MAN) KARANGASEM
 Jl. Bukit Batu Subagan Karangasem, Telp. 0363-21397
 Website: www.mansaka.sch.id, E-mail: manamlapura13@gmail.com

SURAT KETERANGAN
 Nomor : B-713/Ma.18.5/TL.00/11/2022

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Karangasem menerangkan bahwa mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

N a m a : Singgih Pamuji
 N I M : 2029121003
 Jurusan/ Prodi : Pascasarjana Pendidikan Olahraga
 Universitas : Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja
 Alamat Universitas : Jalan Udayana No. 11 Singaraja – Bali Telp.
 (0362) 31372 Kode Pos 81116

Telah melakukan Penelitian di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Karangasem pada **11 Oktober 2022 – 15 November 2022** dalam rangka penyusunan tesis dengan Judul Penelitian **“Pengaruh Metode Pelatihan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Ketepatan Shooting pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Madrasah Aliyah Negeri Karangasem”**.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Karangasem, 15 November 2022
 Kepala



Drs. Suprayanto, M.Pd
 NIP. 19650818 199403 1 003

Lampiran 5. Data Observasi Subjek Penelitian

No	Nama	Test 1	Test 2	Test 3	Jumlah
1	Agus Feri Herdiansyah	0	3	3	6
2	Alfan Saiful Huda	1	1	3	5
3	Erik Efendi	0	5	3	8
4	Faiz Hidayat	0	5	0	5
5	Fayiz An Naufal	1	0	7	8
6	Halqi Setiawan	3	1	0	4
7	Irwan Fahrizal	0	0	1	1
8	Khalid	1	0	5	6
9	Nikmat Akmal	3	3	1	7
10	Ridho Firmansyah	1	3	1	5
11	Rifq Abdillah	1	1	1	3
12	Rizky Maulana	3	3	0	6
13	Adi Maulana	1	5	1	7
14	Daudi Bahari	3	0	3	6
15	Difa Rahman	3	3	3	9
16	Enjang Apriyanto	5	0	3	8
17	Fahrial Mumtaz	0	5	0	5
18	Farel Kurnia	3	0	3	6
19	Firmansyah	1	3	0	4
20	Heru Bahari	1	1	1	3
21	Joni Firman Hadi	0	1	1	2
22	Muhammad Zidan	0	0	3	3
23	Najril Amin	1	0	3	4
24	Ragil Gilang Ramadhan	3	5	0	8
25	Rahmat Hidayat	5	5	0	10
26	Rikki Ramadhan	0	1	3	4
27	Zifaldi Ariel Erwandi	1	1	3	5
28	Nizam Alfin	3	3	0	6
29	Nabil Husain	0	1	0	1
30	Fadlan Haki	1	5	0	6
31	Ahmadin	1	1	1	3
32	Sigit Ardiyanto	1	5	1	7
33	Tasrif Hidayat	1	3	1	5
34	Putu Alfin Mahendra Putra	0	7	0	7
35	Zakaria	5	0	1	6
36	Suhendry	1	0	3	4
37	Johandi	3	3	0	6
38	Muhammad Kevin	3	3	1	7






Lampiran 6. Data Hasil Test Koordinasi Mata Kaki

No	Kelas	Nama Peserta	Koordinasi Mata Kaki			
			test 1	test 2	test 3	Rangkin
1	X UMUM 1	Ahmad Firmansyah	12	13	10	19
2		Harmidan	9	10	12	20
3		Ramzul Hidayat	9	9	8	34
4	X UMUM 3	Rizal Fahmi	11	11	9	29
5	X UMUM 5	Azril Amin	13	14	12	13
6		Fahmi Ridwan	7	8	8	37
7		Iklas Amal	14	13	16	2
8		Jakaria	11	12	9	21
9		Khairil Anam	10	9	9	32
10		Rizkon khairur	7	9	9	35
11	X UMUM 6	Ahmad Mufti	10	10	9	33
12		Faril Fauzi Rahman	10	11	11	28
13		Muhammad Junaidi	15	12	13	4
14		Muhammad Rzki	9	9	7	36
15		Ridho Hafidz	8	11	12	22
16	XI IPA 1	Deni Rahman	12	9	11	23
17	XI IPA 2	Mahadir Muhammad	8	8	7	38
18		Oki Salki Ramadhan	14	16	13	1
19		Ricky Fadilah	12	14	16	3
20	XI IPA 3	Agil Ulwan Hamawi	11	15	13	5
21		Arya Juhdi	10	11	15	9
22		Lalu Andika	14	9	12	14
23		Zakaria	8	10	13	16
24	XI IPS 1	Febrian Hidayat	10	15	12	8
25		M. Faza Rosyadi	14	12	9	10
26		Nizam Alvian	12	12	10	24
27		Tasrif Hidayat	10	11	13	17
28	XI IPS 2	Adi Maulana	10	12	11	25
29		Joni Firman	15	13	10	7
30		Nazril Amin	11	11	10	27
31		Rifaldi	8	13	13	18
32	XI IPS 3	Doni Rahman	14	9	12	11
33		Faiz Hidayat	11	8	13	15
34		Fayyiz An Naufal	11	11	10	30
35		Mukti Kurnia Akbar	9	10	10	31
36		Nihat Akmal	11	14	15	6
37		Ridho Firmansyah	11	11	9	26
38		Tamimi Al Khuzaifi	14	14	13	12

Lampiran 7. Urutan Pembagian Kelompok (*Ordinal pairing*)

No	A / B	Rangkin	Mased Practice	Skor	Rangkin	Distributed Practice	Skor
1	Koordinasi Mata Kaki Tinggi	1	Okki Salki Ramadhan	16	2	Iklas Amal	16
2		4	Muhammad Junaidi	15	3	Ricky Fadilah	16
3		5	Agil Ulwan Hamawi	15	6	Nihat Akmal	15
4		8	Febrian Hidayat	15	7	Joni Firman	15
5		9	Arya Juhdi	15	10	M. Faza Rosyadi	14
6		12	Tamimi Al Khuzaifi	14	11	Doni Rahman	14
7		13	Azril Amin	14	14	Lalu Andika	14
8		16	Zakaria	13	15	Faiz Hidayat	13
9		17	Tasrif Hidayat	13	18	Rifaldi	13
Tengah		20	Harmidan	12	19	Ahmad Firmansyah	13
1	Koordinasi Mata Kaki Rendah	21	Jakaria	12	22	Ridho Hafidz	12
2		24	Nizam Alvian	12	23	Deni Rahman	12
3		25	Adi Maulana	12	26	Ridho Firmansyah	11
4		28	Faril Fauzi Rahman	11	27	Nazril Amin	11
5		29	Rizal Fahmi	11	30	Fayyiz An Naufal	11
6		32	Khairil Anam	10	31	Mukti Kurnia Akbar	10
7		33	Ahmad Mufti	10	34	Ramzul Hidayat	9
8		36	Muhammad Rzki	9	35	Rizkon khairur	9
9		37	Fahmi Ridwan	8	38	Mahadir Muhammad	8

Keterangan :

-  : *Mased Practice* dengan Koordinasi Mata Kaki Tinggi
-  : *Distributed Practice* dengan Koordinasi Mata Kaki Tinggi
-  : *Mased Practice* dengan Koordinasi Mata Kaki Rendah
-  : *Distributed Practice* dengan Koordinasi Mata Kaki Rendah
-  : Koordinasi Mata Kaki Sedang (Tengah)

**Lampiran 8. Hasil Pre-Test Dan Post-Test Ketepatan Shooting Kelompok
Massed Practice Koordinasi Mata Kaki Tinggi**

No	Nama Siswa	Pre-Test			Total	Post-Test			Total	Gain Score
		test 1	test 2	test 3		test 1	test 2	test 3		
1	Oki Salki Ramadhan	5	7	1	13	7	7	3	17	4
2	Muhammad Junaidi	1	1	7	9	7	5	5	17	8
3	Agil Ulwan Hamawi	0	5	7	12	7	5	5	17	5
4	Febrian Hidayat	7	0	3	10	5	5	5	15	5
5	Arya Juhdi	5	5	0	10	7	7	0	14	4
6	Tamimi Al Khuzaifi	3	5	1	9	7	3	5	15	6
7	Azril Amin	1	1	3	5	7	0	5	12	7
8	Zakaria	1	7	1	9	0	7	5	12	3
9	Tasrif Hidayat	3	3	3	9	7	7	3	17	8

**Lampiran 9. Hasil Pre-Test Dan Post-Test Ketepatan Shooting Kelompok
Massed Practice Koordinasi Mata Kaki Rendah**

No	Nama Siswa	Pre-Test			Total	Post-Test			Total	Gain Score
		test 1	test 2	test 3		test 1	test 2	test 3		
1	Jakaria	1	5	1	7	0	7	3	10	3
2	Nizam Alvian	1	1	3	5	1	1	7	9	4
3	Adi Maulana	3	3	0	6	3	3	3	9	3
4	Faril Fauzi Rahman	3	0	3	6	3	0	5	8	2
5	Rizal Fahmi	0	1	3	4	0	3	3	6	2
6	Khairil Anam	1	0	3	4	5	3	0	8	4
7	Ahmad Mufti	1	0	3	4	1	1	5	7	3
8	Muhammad Rzki	0	3	1	4	5	1	3	9	5
9	Fahmi Ridwan	0	5	0	5	3	3	3	9	4

**Lampiran 10. Hasil Pre-Test Dan Post-Test Ketepatan Shooting Kelompok
Distributed Practice Koordinasi Mata Kaki Tinggi**

No	Nama Siswa	Pre-Test			Total	Post-Test			Total	Gain Score
		test 1	test 2	test 3		test 1	test 2	test 3		
1	Iklas Amal	5	5	5	15	5	7	5	17	2
2	Ricky Fadilah	7	0	7	14	5	5	5	15	1
3	Nihat Akmal	5	7	0	12	3	5	7	15	3
4	Joni Firman	1	7	5	13	3	7	7	17	4
5	M. Faza Rosyadi	1	7	3	11	7	7	0	14	3
6	Doni Rahman	0	5	3	8	0	7	5	12	4
7	Lalu Andika	5	0	7	12	7	5	3	15	3

8	Faiz Hidayat	3	0	3	6	5	5	3	13	7
9	Rifaldi	1	3	7	11	5	5	5	15	4

**Lampiran 11. Hasil Pre-Test Dan Post-Test Ketepatan Shooting Kelompok
Distributed Practice Koordinasi Mata Kaki Rendah**

No	Nama Siswa	Pre-Test			Total	Post-Test			Total	Gain Score
		test 1	test 2	test 3		test 1	test 2	test 3		
1	Ridho Hafidz	1	1	3	5	5	3	5	13	8
2	Deni Rahman	1	1	1	3	5	0	5	10	7
3	Ridho Firmansyah	1	1	1	3	3	5	3	11	8
4	Nazril Amin	0	5	0	5	5	0	7	12	7
5	Fayyiz An Naufal	0	1	1	2	7	0	5	12	10
6	Mukti Kurnia Akbar	3	1	1	5	5	5	0	10	5
7	Ramzul Hidayat	0	3	3	6	3	7	5	15	9
8	Rizkon khairur	3	0	1	4	7	0	7	14	10
9	Mahadir Muhammad	1	0	1	2	3	3	3	9	7

Lampiran 12. Jadwal Latihan



Kegiatan	Hari/tgl	Pukul	Tempat	Intensitas	Ket
PreTest	Senin, 17 Oktober 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	–	Tes Koordinasi mata kaki dan pengukuran ketepatan shooting
Pel. I	Selasa, 18 Oktober 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	6 meter	Metode Pelatihan <i>Massed Practice</i> dan <i>Distributed Practice</i>
Pel. II	Kamis, 20 Oktober 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	8 meter	
Pel. III	Sabtu, 22 Oktober 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	10 meter	
Pel. IV	Selasa, 25 Oktober 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	6 meter	Metode Pelatihan <i>Massed Practice</i> dan <i>Distributed Practice</i>
Pel. V	Kamis, 27 Oktober 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	8 meter	
Pel. VI	Sabtu, 29 Oktober 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	10 meter	
Pel. VII	Selasa, 1 November 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	6 meter	Metode Pelatihan <i>Massed Practice</i> dan <i>Distributed Practice</i>
Pel. VIII	Kamis, 3 November 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	8 meter	
Pel. IX	Sabtu, 5 November 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	10 meter	
Pel. X	Selasa, 8 November 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	6 meter	Metode Pelatihan <i>Massed Practice</i> dan <i>Distributed Practice</i>
Pel. XI	kamis, 10 November 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	8 meter	
Pel. XII	Sabtu, 12 November 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	10 meter	
PostTest	Minggu, 13 November 2022	16.00 wita	Lap. Prima Futsal Karangasem	–	Tes pengukuran ketepatan shooting

Lampiran 13. Tabel Isaac dan Michael dari Populasi Tertentu dengan Taraf Kesalahan 1%, 5%, Dan 10%

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

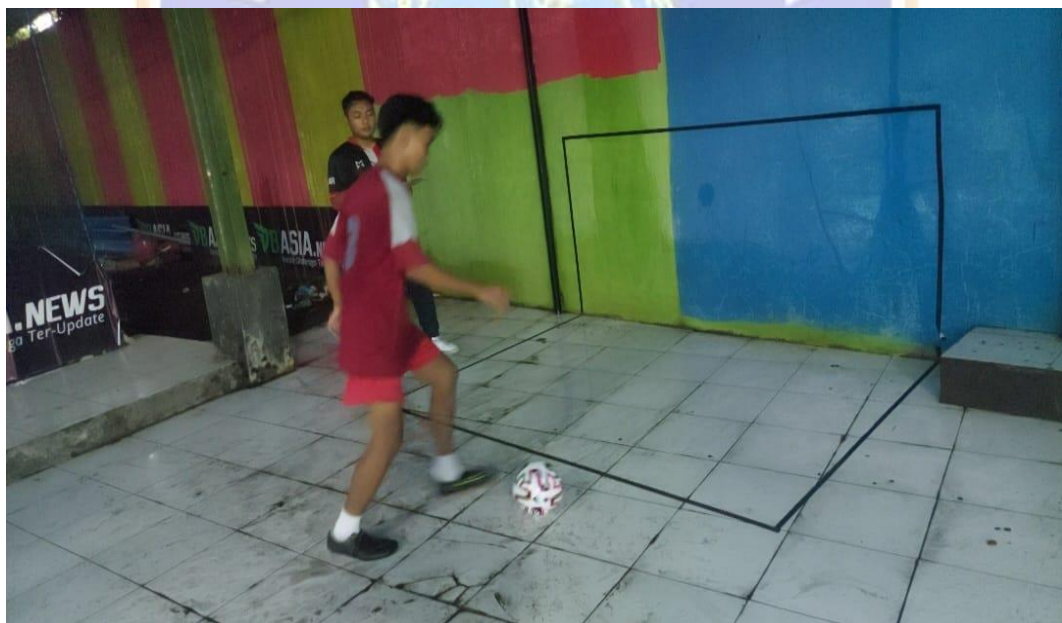
Sumber:

Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendidikan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 128.

Lampiran 14. Dokumentasi



Test Awal Observasi



Pelaksanaan Test Koordinasi Mata Kaki



Pelaksanaan Pre-Test Ketepatan Shooting



Pelaksanaan Pemanasan (*Warm-Up*)



Pelaksanaan Metode Pelatihan *Massed Practice*



Pelaksanaan Metode Pelatihan *Distributed Practice*



Pelaksanaan Penenangan (Cool-Down)



Pelaksanaan Post-Test Ketepatan *Shooting*

RIWAYAT HIDUP



Singgih Pamuji lahir di Singaraja tanggal 8 Januari 1997. Penulis merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Slamet Mujiono dan Ibu Sumiati. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Penulis kini beralamat di Lingkungan Telagamas, Kelurahan Subagan, Kecamatan Karangasem, Kabupaten Karangasem, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di MIN Subagan lulus pada tahun 2009, kemudian penulis melanjutkan di MTsN Amlapura dan lulus pada tahun 2012, pada tahun 2015 penulis lulus dari MAN Karangasem, jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) dan melanjutkan ke S1 Ilmu Keolahragaan di Universitas Pendidikan Ganesha, dan lulus pada tahun 2019. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di Program Studi Pendidikan Olahraga, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha pada tahun 2020. Dalam penyelesaian studi, peneliti telah menyelesaikan tesis yang berjudul “Pengaruh Metode Pelatihan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Ketepatan Shooting pada Siswa Ektrakurikuler Futsal Madrasah Aliyah Negeri Karangasem”