

## Lampiran - lampiran

### 1. Data Peserta

No	Nama
1	Mahesa ardiansyah
2	Juli darma
3	Fajar
4	Afghan
5	Putu denus sedana
6	I putu alya radityawan
7	Wyn agus dwi payana
8	M fattan pratama
9	Kadek mamanta abyx
10	Gede teguh dharmawan
11	Komang agus dharma
12	Komang agus samudra
13	Kadek dwi saputra
14	Gd agus rian dwi pratama
15	Kd putra suartajaya
16	Gd ananta
17	Pt pendy dinata
18	Kd restu wibawa
19	Km marta wijaya
20	Gd satria wibawa dwipa
21	Kd swadarma
22	Putu arianta
23	M i ftahurizqi
24	Gd bayu hariyasa
25	Gd reno krisnawan
26	Wira saputra
27	I md endrik w
28	Gst ngrh bagus danu
29	Octa suputra d
30	Rendy maulidiansyah
31	Putu eka radiasa
32	Komang rangga semesta
33	Komang semarayadi
34	Ketut putrayasa
35	Ketut sriatna
36	Gede rediana
37	Kadek anadika laksmana
38	Gd kanang darma p
39	Putu angga agusta p s
40	I gst bgs satria w e
41	Raffid
42	Gd pratama
43	Komang agus juniartha
44	Gd hendi maha putra
45	Putu arta widi aditya

## 2. Hasil analisis data

### 1) Uji Prasyarat

#### a) Uji Normalitas Sebaran Data

**Tests of Normality**

Kelompok	Statistic	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kelincahan	Eksperimen	.356	15	.124	.791	15	.083
	Kontrol	.154	15	.200 <sup>*</sup>	.939	15	.366
Kecepatan Reaksi	Eksperimen	.147	15	.200 <sup>*</sup>	.930	15	.276
	Kontrol	.176	15	.200 <sup>*</sup>	.840	15	.113

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

#### b) Uji Homogenitas Varians

**Test of Homogeneity of Variances**

Kelompok	Based on	Levene Statistic			
		Statistic	df1	df2	Sig.
Kelincahan	Based on Mean	.259	1	28	.614
	Based on Median	.874	1	28	.358
	Based on Median and with adjusted df	.874	1	27.973	.358
	Based on trimmed mean	.344	1	28	.562
Kecepatan Reaksi	Based on Mean	.048	1	28	.828
	Based on Median	.050	1	28	.825
	Based on Median and with adjusted df	.050	1	26.485	.825
	Based on trimmed mean	.055	1	28	.816

#### c) Uji Homogenitas Matriks Varians

**Box's Test of Equality of Covariance Matrices<sup>a</sup>**

Box's M	.804
F	.247
df1	3
df2	141120.000
Sig.	.863

Tests the null hypothesis that the observed covariance matrices of the dependent variables are equal across groups.

a. Design: Intercept + Kelompok

d) Uji Multikolinieritas Variabel Terikat

**Correlations**

		Kelincahan	Kecepatan Reaksi
Kelincahan	Pearson Correlation	1	.617**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
Kecepatan Reaksi	Pearson Correlation	.617**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2) Uji Hipotesis

a) Hipotesis Pertama

**Tests of Between-Subjects Effects**

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	Kelincahan	3.605 <sup>a</sup>	1	3.605	17.485	.000
	Kecepatan Reaksi	.106 <sup>b</sup>	1	.106	56.750	.000
Intercept	Kelincahan	3166.241	1	3166.241	15355.905	.000
	Kecepatan Reaksi	4.062	1	4.062	2180.223	.000
Kelompok	Kelincahan	3.605	1	3.605	17.485	.000
	Kecepatan Reaksi	.106	1	.106	56.750	.000
Error	Kelincahan	5.773	28	.206		
	Kecepatan Reaksi	.052	28	.002		
Total	Kelincahan	3175.620	30			
	Kecepatan Reaksi	4.220	30			
Corrected Total	Kelincahan	9.379	29			
	Kecepatan Reaksi	.158	29			

a. R Squared = .384 (Adjusted R Squared = .362)

b. R Squared = .670 (Adjusted R Squared = .658)

b) Hipotesis Kedua

**Tests of Between-Subjects Effects**

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	Kelincahan	3.605 <sup>a</sup>	1	3.605	17.485	.000
	Kecepatan Reaksi	.106 <sup>b</sup>	1	.106	56.750	.000
Intercept	Kelincahan	3166.241	1	3166.241	15355.905	.000
	Kecepatan Reaksi	4.062	1	4.062	2180.223	.000
Kelompok	Kelincahan	3.605	1	3.605	17.485	.000
	Kecepatan Reaksi	.106	1	.106	56.750	.000
Error	Kelincahan	5.773	28	.206		
	Kecepatan Reaksi	.052	28	.002		
Total	Kelincahan	3175.620	30			
	Kecepatan Reaksi	4.220	30			
Corrected Total	Kelincahan	9.379	29			
	Kecepatan Reaksi	.158	29			

a. R Squared = .384 (Adjusted R Squared = .362)

b. R Squared = .670 (Adjusted R Squared = .658)

### c) Hipotesis Ketiga

Multivariate Tests <sup>a</sup>						
Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Intercept	Pillai's Trace	.998	7542.750 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000
	Wilks' Lambda	.002	7542.750 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000
	Hotelling's Trace	558.722	7542.750 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000
	Roy's Largest Root	558.722	7542.750 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000
Kelompok	Pillai's Trace	.691	30.179 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000
	Wilks' Lambda	.309	30.179 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000
	Hotelling's Trace	2.235	30.179 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000
	Roy's Largest Root	2.235	30.179 <sup>b</sup>	2.000	27.000	.000

a. Design: Intercept + Kelompok

b. Exact statistic

## 3. Dokumentasi

### Tes kecepatan reaksi



### Tes kelincahan



Pelatihan *Shadow Drill*



Pelatihan *Drilling*





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
PROGRAM PASCASARJANA  
**PRODI PENDIDIKAN OLAHRAGA (S<sub>2</sub>)**

Alamat: Jalan Udayana Singaraja-Bali Kode Pos 81116  
Telepon: 081999446444 Laman [www.pasca.undiksha.ac.id](http://www.pasca.undiksha.ac.id)

Singaraja, 10 November 2023

Nomor : 5182/UN48.14/KM/2023  
Lamp : -  
Hal : **Mohon Ijin Peminjaman Alat**

Yth. : Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Di, Tempat

Dengan hormat, dalam rangka pengumpulan data untuk Penelitian Tesis mahasiswa Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, kami mohon kesediaan Bapak Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan untuk dapat menerima dan mengizinkan mahasiswa kami sebagai berikut:

**Nama** : Ni Komang Yustarini  
**NIM** : 2029121004  
**Semester** : 7 (Tujuh)  
**Program Studi** : Pendidikan Olahraga (S<sub>2</sub>)  
**Judul Tesis** : Pengaruh Pelatihan *Shadow Drill* dan *Drilling* Terhadap Kelincahan dan Kecepatan Reaksi Pada Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Negeri 3 Singaraja

bermaksud untuk mohon izin kepada Bapak Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan untuk bisa membantu serta memberikan izin peminjaman alat *Whole Body Reaction* (WBR) yang dilaksanakan pada:

Demikian permohonan ini Kami sampaikan. Atas perhatian, izin dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terimakasih.

Menyetujui

Korprodi  
Pendidikan Olahraga (S<sub>2</sub>)

Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd.,M.Or  
NIP. 198003112008121002

Sekprodi  
Pendidikan Olahraga (S<sub>2</sub>)

Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd.,M.Pd  
NIP. 198410252008121002

Mengetahui,  
Direktur Program Pascasarjana

Prof. Dr. INyoman Jampel, M.Pd  
NIP. 195910101986031003



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
**PROGRAM PASCASARJANA**  
**PRODI PENDIDIKAN OLAHRAGA (S2)**

Alamat: Jalan Udayana Singaraja-Bali Kode Pos 81116  
Telepon: 081999446444 Laman [www.pasca.undiksha.ac.id](http://www.pasca.undiksha.ac.id)

Singaraja, 8 November 2023

Nomor : 5129/UN48.14/KM/2023  
Hal : **Mohon Ijin Pengambilan Data**  
Yth. : Bapak Kepala Sekolah SMKN 3 Singaraja

Di, Tempat

Dengan hormat, dalam rangka pengumpulan data untuk Penelitian Tesis mahasiswa Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, kami mohon kesedian Bapak/Ibu untuk dapat menerima dan mengizinkan mahasiswa kami sebagai berikut :

**Nama** : Ni Komang Yustarini  
**NIM** : 2029121004  
**Semester** : 7  
**Program Studi** : Pendidikan Olahraga (S2)  
**Judul Tesis** : Pengaruh Pelatihan *Shadow Drill* dan *Drilling* Terhadap Kelincahan dan Kecepatan Reaksi Pada Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Negeri 3 Singaraja

untuk mendapatkan data/informasi yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam melakukan penelitian. Atas perhatian, berkenaan dan kerja sama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Menyetujui,

Pembimbing I,

Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd.,M.Or  
NIP. 198003112008121002

Pembimbing II

Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd.,M.Pd  
NIP. 198410252008121002

Mengetahui,  
a.n. Direktur,  
Wakil I,



Prof. Dr. Ida Bagus Putu Arnyana, M.Si  
NIP. 195812311986011005



ບໍລິຫານ ກຽວປິຊວິ ຕາບິ  
 PEMERINTAH PROVINSI BALI  
 ບໍລິຫານ ສາທິລິກິ ບູຮາ ສິຕາກາຄ  
 SMK NEGERI 3 SINGARAJA



ຄະນະສິດທິພາບສາທາລະນະ ສິຕາກາຄ ຕາບິ ບໍລິຫານສາທິລິກິ ບູຮາ ສິຕາກາຄ (ບໍລິຫານສາທິລິກິ) ບູຮາສິຕາກາຄ  
 Jalan Gempol, Banyuning, Singaraja, Bali 81119 Telepon/ Fax (0362) 24544  
 Laman: [www.smkn3singaraja.sch.id](http://www.smkn3singaraja.sch.id), Pos-el : [smk3singaraja@yahoo.co.id](mailto:smk3singaraja@yahoo.co.id)

**SURAT KETERANGAN**

**Nomor : B.31.421.4/177/SMKN 3 SGR/DIKPORA**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nyoman Nilon, S.Pd., M.Pd  
 NIP : 19820312 200902 2 003  
 Jabatan : Kepala SMK Negeri 3 Singaraja

menerangkan bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Ni Komang Yustarini  
 N I M : 2029121004  
 Fakultas : Pendidikan Olahraga – Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha

Memang benar Mahasiswa tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian pada Ekstrakurikuler Bulutangkis untuk penyusunan Tesis dengan judul **“Pengaruh Pelatihan *Shadow Drill* dan *Drilling* Terhadap Kelincahan dan Kecepatan Reaksi pada Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Negeri 3 Singaraja”** yang dilaksanakan pada tanggal 18 November 2023 s/d 23 Desember 2023 di SMK Negeri 3 Singaraja.

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

Bali, 07 Februari 2024

Ditandatangani secara elektronik oleh :  
**KEPALA SEKOLAH**  
**Nyoman Nilon, S.Pd., M.Pd.**  
 NIP. 19820312 200902 2 003



Balai Sertifikasi Elektronik

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSR

