

Lampiran 2. Deskripsi Frekuensi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Sepak Bola Cikal Perintis Di Desa Perintis Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo

1. Tes Tinggi/Berat

KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
BAIK	0	0%
SEDANG	10	67%
BURUK	5	33%
JUMLAH	15	100%

2. Vertical Jump

KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
BAIK	6	40%
SEDANG	8	53%
BURUK	1	7%
JUMLAH	15	100%

3. Sprint 20 M

KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
BAIK	1	7%
SEDANG	9	60%
BURUK	5	33%
JUMLAH	15	100%

4. Kelincahan Mata Panah

KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
BAIK	0	0%
SEDANG	3	20%
BURUK	12	80%
JUMLAH	15	100%

5. Yo-Yo Intermittet Recover Test

KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
BAIK	2	13%
SEDANG	13	87%
BURUK	0	0%
JUMLAH	15	100%

Lampiran 3. Dokumentasi



Gambar 1 : Peneliti Memberi Pengarahan
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 2 : Peneliti Memberi Pengarahan
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 3 : Sampel Mengukur Berat
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 4 : Sampel Mengukur Berat
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 5 : Sampel Mengukur Tinggi
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 6 : Sampel Mengukur Tinggi
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 7 : Sampel Mengkur Vertical Jump
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 8 : Sampel Mengkur Vertical Jump
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 9 . Sampel Mengukur Sprint 20
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 10. Sampel Mengukur Sprint 20
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 11 : Sampel Mengukur Mata Panah
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 12 : Sampel Mengukur Mata Panah
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 13 : Mengukur Yo-Yo Intermittent Recovery Test
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



Gambar 14 : Mengukur Yo-Yo Intermittent Recovery Test
Sumber : Redinal Ramma Riga 2021



**Gambar 15 : Penutupan
Sumber Redinal Ramma Riga 2021**

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS JAMBI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Kampus Pinang Masak Jl. Raya Jambi – Ma. Bulian, KM. 15, Mendalo Indah, Jambi
Kode Pos. 36361, Telp. (0741)583453 Laman. www.fkip.unja.ac.id Email. fkip@unja.ac.id

Nomor : 6101/UN21.3/KM.05.01/2021
Hal : Permohonan Izin Penelitian

12 November 2021

Yth. **Ketua SSB Cikal Perintis**
Desa Perintis Kec. Rimbo Bujang

Kabupaten Tebo

Dengan hormat,

Dengan ini disampaikan kepada Saudara, bahwa mahasiswa FKIP Universitas Jambi atas nama :

Nama : **Redinal Ramma Riga**
NIM : K1A117037
Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Jurusan : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Pembimbing Skripsi : 1. Dr. Drs. Sukendro, M.Kes.AIFO.
2. Ade Saputra, S.Pd., M.Sc.

Akan melaksanakan penelitian guna penyusunan skripsi yang berjudul :
“**Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Sepak Bola Cikal Perintis di Desa Perintis Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo**”.

Penelitian dilaksanakan pada tanggal **10 s.d 17 November 2021**.

Atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan BAKSI,

Dekan Sartika, Ph.D.
NIP.198110232005012002



Lampiran 5. Surat Izin Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN TEBO
DESA PERINTIS
KECAMATAN RIMBO BUJANG**

Jl. 14 Poros Unit 1 Ds. Perintis Kec. Rimbo Bujang Kab. Tebo Kode Pos: 37551

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor:

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yanafi
Jabatan : Pelatih
Alamat : Jl. 3 Unit. 1 Ds. Perintis Kec. Rimbo Bujang Kab. Tebo

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Redinal Ramma Riga
NIM : K1A117037
Program Studi : Program Studi Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
Jurusan : Pendidikan Olahraga Dan Kepeleatihan

Telah selesai melakukan penelitian di SSB Cikal Perintis di Desa Perintis, terhitung dari tanggal 10 November 2021 sampai dengan 17 November 2021 berjudul **“TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH SEPAK BOLA CIKAL PERINTIS DI DESA PERINTIS KECAMATAN RIMBO BUJANG KABUPATEN TEBO”**.

Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tebo, 17 November 2021
Pelatih SSB Cikal Perintis



Lampiran 6. Surat Aktif Cabor

	
Certificate of Appreciation Faculty of Sport Science University of Jambi	
<i>Presents Certificate to</i>	
<i>REDNAL RAMMA RIGA</i>	
<i>In Recognition of your Participation at Fun Triathlon FIK Universitas Jambi 2017</i>	
JAMBI, SEPTEMBER 14TH, 2017	  DR. SUHENDRO, MHES, AIFO DEAN  ROLI MARDIAN, S.PD., M.PD LECTURER IN CHARGE  NURUL ARMAN HARDI CHAIRMAN OF THE COMMITTEE

CURICULUM VITAE

Data Pribadi

Nama	: Redinal Ramma Riga
Tempat, Tanggal Lahir	: Sendang Mulyo, 24 ovember 1998
Jenis Kelamin	: Laki-Laki
Agama	: Islam
Fakultas/Prodi	: FKIP/Pend. Olahraga dan Kesehatan
Kewarganegaraan	: Indonesia
Kesehatan	
Tinggi	: 169 cm
Berat	: 50 kg
Gololangan Darah	: -
Alamat	: JL Amarta Unit 4 desa Purwoharjo Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo
No.Hp/Tlpn	: 082279647313
E-mail	: redinalramma@gmail.com
Nama Orang Tua	
Ayah	: Tego Suranto
Ibu	: Gaya Romios
Pekerjaan Orang Tua	
Ayah	: Buruh
Ibu	: Ibu Rumah Tangga (IRT)
Alamat Oran Tua	: Jl 4 Unt 4 Kec. Rimbo Bujang Kab.Tebo



Latar Belakang Pendidikan

Sekolah Dasar (SD)	: SD Negeri 84 Tebo
Sekolah Menengah Pertama (SMP)	: SMP Negeri 39 Tebo
Sekolah Menengah Atas (SMA)	: SMA Negeri 5 Kota Jambi

Biodata Penulis



Redinal Ramma Riga adalah nama penulis ini. Penulis dilahirkan di Sendang Mulyo pada tanggal 24 November 1998 dari Ayah yang bernama Sujari, S.Kom dan Ibu yang bernama Gaya Romios, penulis merupakan anak kedua dari 4 bersaudara.

Penulis mengawali pendidikan di sekolah dasar di SD Negeri 84 Tebo pada tahun 2005 dan selesai pada tahun 2011. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan sekolah menengah pertama di SMP Negeri 39 Tebo dan tamat pada tahun 2014. Kemudian melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 5 Kota Jambi dan lulus pada tahun 2017 dan melanjutkan pendidikan di perguruan negeri Universitas Jambi dan selesai pada tahun 2022.

Penulis mengawali pendidikan di perguruan tinggi pada tahun 2017 mengambil jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jambi melalui jalur SBMPTN. Penulis melakukan penelitian di Kabupaten Tebo.

Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya atas terselesaikannya skripsi yang berjudul “Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Sepak Bola Cikal Perintis Di Desa Purwoharjo Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo ”.