



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI PROFESI
JL. PERINTIS KEMERDEKAAN KAMPUS TAMALANREA KM. 10 MAKASSAR 90245
TELP : 0411-5780104 - 586296 - 5040399 FAX. 0411 - 586297

Makassar, 17 Januari 2013

Nomor : 016/UN.4.7.4.1/PM.13/2013
Lamp. : 1 (Satu) Proposal
Hal : **Permohonan izin Penelitian**

Kepada
Yth. : **Ketua UKM Taekwondo**
Universitas Hasanuddin
di - Makassar

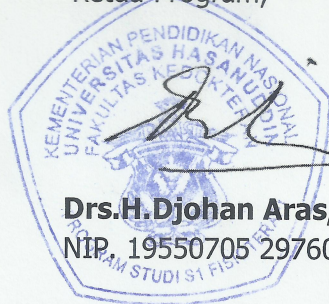
Dengan hormat, dalam rangka penyelesaian studi mahasiswa Program Studi Fisioterapi Fak. Kedokteran Unhas, Maka dengan ini di mohon kiranya Mahasiswa yang namanya tersebut dibawah ini :

Nama : Ali Multazam
Nomor Pokok : C131 09 266
Judul Penelitian : Gambaran Daya Ledak Otot Tungkai Bawah pada Atlet UKM Taekwondo Universitas Hasanuddin

Dapat diberikan izin dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian penyampaian kami, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

Ketua Program,



Drs.H.Djohan Aras, S.Ft, Physio, M.Kes
NIP. 19550705 297603 1 005

LEMBAR INFORMED CONSENT

**SURAT PERNYATAAN
KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Ali Multazam, yang berjudul “Gambaran Daya Ledak Otot Tungkai Bawah pada Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Taekwondo Universitas Hasanuddin Makassar”.

Demikian surat pernyataan kesediaan ini saya buat dengan penuh rasa kesadaran dan sukarela.

Makassar, 2013

Yang membuat pernyataan,

Statistics

		vertical_jump	long_jump
N	Valid	27	27
	Missing	0	0
Mean		3.5926	3.4815
Std. Error of Mean		.25183	.32629
Median		4.0000	4.0000
Std. Deviation		1.30853	1.69548
Variance		1.712	2.875
Range		5.00	5.00
Minimum		1.00	1.00
Maximum		6.00	6.00
Sum		97.00	94.00

vertical_jump

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	excellent	2	7.4	7.4	7.4
	very good	4	14.8	14.8	22.2
	above average	5	18.5	18.5	40.7
	average	9	33.3	33.3	74.1
	below average	6	22.2	22.2	96.3
	poor	1	3.7	3.7	100.0
Total		27	100.0	100.0	

long_jump

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid excellent	5	18.5	18.5	18.5
very good	3	11.1	11.1	29.6
aboe average	5	18.5	18.5	48.1
average	6	22.2	22.2	70.4
below average	4	14.8	14.8	85.2
poor	4	14.8	14.8	100.0
Total	27	100.0	100.0	

vertical_jump * jenis_kelamin Crosstabulation

		jenis_kelamin		Total	
		laki laki	perempuan		
vertical_jump	excellent	Count	2	0	2
		Expected Count	1.4	.6	2.0
		% within vertical_jump	100.0%	.0%	100.0%
		% within jenis_kelamin	10.5%	.0%	7.4%
		% of Total	7.4%	.0%	7.4%
very good	Count	4	0	4	
		Expected Count	2.8	1.2	4.0
		% within vertical_jump	100.0%	.0%	100.0%
		% within jenis_kelamin	21.1%	.0%	14.8%
		% of Total	14.8%	.0%	14.8%
above average	Count	4	1	5	
		Expected Count	3.5	1.5	5.0
		% within vertical_jump	80.0%	20.0%	100.0%
		% within jenis_kelamin	21.1%	12.5%	18.5%
		% of Total	14.8%	3.7%	18.5%

average	Count	4	5	9
	Expected Count	6.3	2.7	9.0
	% within vertical_jump	44.4%	55.6%	100.0%
	% within jenis_kelamin	21.1%	62.5%	33.3%
	% of Total	14.8%	18.5%	33.3%
below average	Count	4	2	6
	Expected Count	4.2	1.8	6.0
	% within vertical_jump	66.7%	33.3%	100.0%
	% within jenis_kelamin	21.1%	25.0%	22.2%
	% of Total	14.8%	7.4%	22.2%
poor	Count	1	0	1
	Expected Count	.7	.3	1.0
	% within vertical_jump	100.0%	.0%	100.0%
	% within jenis_kelamin	5.3%	.0%	3.7%
	% of Total	3.7%	.0%	3.7%
Total	Count	19	8	27
	Expected Count	19.0	8.0	27.0
	% within vertical_jump	70.4%	29.6%	100.0%
	% within jenis_kelamin	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	70.4%	29.6%	100.0%

long_jump * jenis_kelamin Crosstabulation

			jenis_kelamin		Total
			laki laki	perempuan	
long_jump	excellent	Count	5	0	5
		Expected Count	3.5	1.5	5.0
		% within long_jump	100.0%	.0%	100.0%
		% within jenis_kelamin	26.3%	.0%	18.5%
		% of Total	18.5%	.0%	18.5%

very good	Count	3	0	3
	Expected Count	2.1	.9	3.0
	% within long_jump	100.0%	.0%	100.0%
	% within jenis_kelamin	15.8%	.0%	11.1%
	% of Total	11.1%	.0%	11.1%
aboe average	Count	3	2	5
	Expected Count	3.5	1.5	5.0
	% within long_jump	60.0%	40.0%	100.0%
	% within jenis_kelamin	15.8%	25.0%	18.5%
	% of Total	11.1%	7.4%	18.5%
average	Count	2	4	6
	Expected Count	4.2	1.8	6.0
	% within long_jump	33.3%	66.7%	100.0%
	% within jenis_kelamin	10.5%	50.0%	22.2%
	% of Total	7.4%	14.8%	22.2%
below average	Count	3	1	4
	Expected Count	2.8	1.2	4.0
	% within long_jump	75.0%	25.0%	100.0%
	% within jenis_kelamin	15.8%	12.5%	14.8%
	% of Total	11.1%	3.7%	14.8%
poor	Count	3	1	4
	Expected Count	2.8	1.2	4.0
	% within long_jump	75.0%	25.0%	100.0%
	% within jenis_kelamin	15.8%	12.5%	14.8%
	% of Total	11.1%	3.7%	14.8%
Total	Count	19	8	27
	Expected Count	19.0	8.0	27.0
	% within long_jump	70.4%	29.6%	100.0%
	% within jenis_kelamin	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	70.4%	29.6%	100.0%

vertical_jump * umur Crosstabulation

			umur		Total
			12 - 16	17 - 25	
vertical_jump	excellent	Count	0	2	2
		% within umur	.0%	10.0%	7.4%
	very good	Count	0	4	4
		% within umur	.0%	20.0%	14.8%
	above average	Count	0	5	5
		% within umur	.0%	25.0%	18.5%
	average	Count	3	6	9
		% within umur	42.9%	30.0%	33.3%
	below average	Count	3	3	6
		% within umur	42.9%	15.0%	22.2%
	poor	Count	1	0	1
		% within umur	14.3%	.0%	3.7%
Total		Count	7	20	27
		% within umur	100.0%	100.0%	100.0%

long_jump * umur Crosstabulation

			umur		Total
			12 - 16	17 - 25	
long_jump	excellent	Count	0	5	5
		% within umur	.0%	25.0%	18.5%
	very good	Count	0	3	3
		% within umur	.0%	15.0%	11.1%
	aboe average	Count	0	5	5
		% within umur	.0%	25.0%	18.5%
	average	Count	3	3	6
		% within umur	42.9%	15.0%	22.2%

below average	Count	1	3	4
	% within umur	14.3%	15.0%	14.8%
poor	Count	3	1	4
	% within umur	42.9%	5.0%	14.8%
Total	Count	7	20	27
	% within umur	100.0%	100.0%	100.0%

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENELITI

Nama : Ali Multazam
Tempat/TanggalLahir : Soppeng/14 April 1991
Alamat : Mangga Tiga D.12/2, Makassar
Agama : Islam
JenisKelamin : Laki-laki
RiwayatKeluarga



Ayah : Drs. H. Alimuddin Abbas
Ibu : Dra. Hj. Nasrah Rahman, M.Pd.I
Kakak : Nur Aliyah, S.Pd
Nurkhaerat, S.Pd
Ali Khaidhir, S.Kom
Adik : Muflihul Khair
Nurul Afdhaliah
Hilal Alimuddin

RiwayatPendidikan : TK RA. Al Hidayah Jampuserenge, Soppeng
SD Negeri 275 Jampuserenge, Soppeng
SMP Pest. IMMIM Makassar, Makassar
SMA Negeri 1 Liliriaja, Soppeng

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, Luh Putu Tuti, 2011. *Pelatihan Menarik Katrol Beban Lima Kg Duabelas Repetisi. Tiga Set Lebih Baik daripada Sembilan Repetisi Empat Set dalam Meningkatkan Daya Ledak Otot Lengan Siswa SMK-1 Denpasar*. Tesis tidak diterbitkan. Denpasar: Program Pascasarjana Universitas Udayana.
- Asmawi, Moch. 2006. Motivasi Berlatih dan Daya Ledak Otot Tungkai Pelari Gawang. *Jurnal Iptek Olahraga*. Vol.8(1). 14-27.
- Cael, Christy. 2010. *Functional Anatomy : Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology, and Palpation for Manual Therapists*. Lippincott Williams & Wilkins. Philadelphia. Baltimore
- Davis.B, et.al, 2000. *Physical Education and The Study of Sport*. 4th edition: Mosby
- Fatkhomei, Farid. 2009. Kontraksi Otot, *Word Biology*, (Online), <http://wordbiology.wordpress.com/2009/01/20/kontraksi-otot/> , diakses 21 Desember 2012
- Guyton & Hall. 2006. *Medical Physiology* (11th ed.). W.B Saunders Company. Philadelphia. Pennsylvania.
- Haryanto, Budi. 2006. *Profil Kekuatan Atlet Pelatihan Jangka Panjang (PJP) Jawa Tengah Cabang Olahraga Angkat Besi/ Angkat Berat dan Binaraga PON XVII dari Tahun 2005 – 2006*. Tesis tidak diterbitkan. Semarang. Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Humas Taekwondo Unhas, 2010, *Taekwondo Unhas*.(Online), <http://taekwondounhas.blogspot.com/2010/03/taekwondo-unhas.html>, diakses pada tanggal 15 Januari 2013.
- Ismaryati, 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press.
- Kisner, C et al.. 2007. *Therapeutic Exercise. Foundation and Techniques* (5th ed). Philadelphia: Elsevier.
- Manuaba, I. B. A. 1983. *Aspek Ergonomi dalam Perencanaan Komplek Olahraga dan Rekreasi*. Naskah lengkap Panel Diskusi Rencana Induk Gelora Jakarta: 21 September 1983

- Mutohir & Maksum, 2007. *Sport Development Indeks (Konsep, Metodologi, dan Aplikasi)*. Jakarta: PT.Index
- Nala, N. 1998. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: UNUD Denpasar.
- Pengurus Besar Taekwondo Indonesia. 2011, *Sejarah Taekwondo*, (Online), <http://www.pbti.or.id/statis-2-sejarah.html>, diakses pada tanggal 15 Januari 2013
- Powers, S. K., Howley, E. T. 2004. *Exercise Pysiology, Theory and Application to fitness and Performance. 5th Edition*. New York: Mc. Graw Hill Companies.Inc.
- Pratiknya, Ahmad Watik. 2010. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan* (ed 1). Jakarta: Rajawali Pers.
- Ramadhani, R Gina, Mubarwani, 2012, Pengaruh Pemberian Energi, Karbhidrat, Protein, Lemak Terhadap Status Gizidan Keterampilan Atlet Sepak Bola. *Journal of Nutrition College*, Vol.1(1). 350-371
- Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengadaan Buku pada Lembaga Pengembangan Tenaga Pendidikan. Jakarta.
- Sajoto, M. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Dahara Prize.
- Sapulete, Janje J. 2012. Hubungan Daya Ledak Lengan dengan Daya Ledak Tungkai terhadap Kemampuan Passing atas pada permainan Bola Voli Siswa SMK Negeri 1 Samarinda. *Jurnal ILARA*, Vol.111(1). 51-59.
- Sherwood, Lauralee. 2012. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. Edisi 6. Penerbit Buku Kedokteran. EGC
- Sloane, Ethel. 2004. *Anatomi dan Fisiologi untuk Pemula*. Penerbit Buku Kedokteran. EGC
- Sudarsono, Slamet. 2011. Penyusunan Program Pelatihan Berbedan Untuk Meningkatkan Kekuatan. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, ISSN; 1411-8319, 11(3): 31-43.
- Tahir, Muhammad. 2012. *Pengaruh Latihan Periode Persiapan PON terhadap Perubahan VO₂maks pada Atlet Kontingen Bayangan PON XVIII-2012 KONI Sulawesi Selatan*. Tesis tidak diterbitkan. Makassar. Program Pascasarjana Universitas Hasanuddin