

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi. 2016. *Study Of The Analysis Of Karate Athletes Achievement In South Sulawesi* Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Negeri Makassar
- Adliah, Fadha. 2012. Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Tingkat VO2 Maks Pada Mahasiswa Fisioterapi. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar
- Anggriawan, N. 2015. *Peran Fisiologi Olahraga Dalam Menunjang Prestasi*. Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 11, Nomor 2, 14.
- Anusopati, A.E. Setiakarnawijaya, Y. Fitrianto, E.J. 2017. Pengaruh Latihan Jogging Terhadap Peningkatan VO2 max Pada Kelompok Hemoglobin rendah Dan Normal Siswa SMA Negeri 8 Bogor. FIK : Universitas Negeri Jakarta
- Ardhani. 2020. *Strategi Fleksibilitas Organisasi Dalam Upaya Mempertahakan Kemampuan Fisik Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Pegawai Kantor Kementerian Agama Kota Surabaya*. Program Studi Manajemen Dakwah Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
- ATEŞ, B. 2018 'Age-related Effects of Speed and Power on Agility Performance of Young Soccer Players', *Journal of Education and Learning*, 7(6), p. 93. doi: 10.5539/jel.v7n6p93.
- Badriah, Dewi Lailatul. 2013. *Fisiologi Olahraga Dalam Pespektif Teoritis Dan Praktik*. Bandung: Pustaka Ramadhan.
- Bafirman, Hb 2019. *Pembentukan Kondisi Fisik* Cetakan Ke-1, Pt Rajagrafindo Persada, Depok
- Bagus, W. G. 2019. *Tingkat Fleksibilitas Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat SMK AL Asror Gunungpati*. Universitas Negeri Semarang.
- Bloomfield, J., Ackland, T. and Elliot, B. 2003 *Applied Anatomy dan Biomechanis in Sport*. Western Australia: Blackwell.
- Boyle CA, Sayers SP, Jensen, BE, Headley SA, Manos TM. The effect of yoga training and a single bout of yoga on delayed onset muscle soreness in the lower extremity [online]. 2004. Available from: [URL:http://www.journalyogaflexibility.html](http://www.journalyogaflexibility.html)
- Bryantara, Oktian Firman. 2016. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebugaran Jasmani (Vo2 Maks) Atlet Sepakbola*: Jurnal Berkala Epidemiologi, Vol. 4 No. 2
- Candrawati S, Sulistyoningrum E, Bramantya D, Pranasari N. 2016. Senam Aerobik Meningkatkan Daya Tahan Jantung Paru dan Fleksibilitas. Jurnal Kedokteran Brawijaya.
- Debbian, Ario. 2016. *Profil Tingkat Vo2max Dan Kadar Hemoglobin Pada Atlet Yongmoodo Akademi Militer Magelang*. Skripsi. Yogyakarta: Fio Uny.
- Dhewangga, Wisnu. 2014. *Pengaruh Peningkatan Intensitas Latihan Futsal Terhadap Vo2 Maks*. Skripsi. Surakarta: Fik Ums.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Demak. 2014. Profil Kesehatan Tahun 2014.
- Dosil, J. 2006. *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide For Sport-Specific Performance Enhancement*.

- Emral. 2017. *Pengantar Teori & Metodologi Pelatihan Fisik*. Cimanggis, Depok. Kencana. <http://www.brianmac.co.uk/vo2max.htm> (Diakses tanggal 01 Februari 2022).
- Fattah, Syamsir Abdul. 2015. Pengaruh Latihan Bulutangkis Terhadap Perubahan Tingkat Kebugaran Fisik (vo2max, Tekanan Darah, Dan Kadar Hemoglobin) Mahasiswa Ukm Uin Alauddin Makassar 2015. Skripsi. Makassar: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin.
- Fenanlampir, A. Muhammad M.F. 2015. *Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: Cv Andi Offset
- Firman & Rahman, S.R. 2020. *Pembelajaran Online Di Tengah Pandemi Covid-19*. Indonesian Journal Of Educational Science (Ijes), 2 (2). (Online), Tersedia: <https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/ijes/index>.
- Giriwijoyo, S. Sidik, D.Z. 2013. *Fungsi Tubuh Manusia Pada Olahraga Untuk Kesehatan Dan Prestasi*. Bandung. Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga): Remaja Rosdakarya
- Guyton, A. C., Hall, J. E., 2014. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 12. Jakarta : Egc, 1022
- Hall, G. a. 2014. *Buku ajar fisiologi kedokteran edisi kedua belas*. singapura: elsevier saunders.
- Handoyo, Rio. 2017. *Pengaruh Circuit Training Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Vo2max Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli*. Skripsi. Lampung: Fkip Universitas Lampung
- Harsono. 2017. *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya Offset.
- Haryo. Ben. 2005. *Seniman Beladiri*. Jakarta: Fukaseba
- Herta, I.K. 2016. Pengaruh Fartlek dan Jogging Terhadap Peningkatan VO2 max Tim Sepak Bola SMAN 1 KotaGajah. Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. FKIP: UNILA
- Hudriah, Efi. 2018. Pengaruh Latihan Kondisi Fisik Terhadap Kelincahan (*Agility*) Olahraga Permainan Di Pusat Pendidikan Dan Pelatihan Olahraga Pelajar (Pplp) Provinsi Sulawesi Selatan. Skripsi. Program Studi Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin Makassar
- Islam, F. 2012. Pengaruh program latihan persiapan umum PON terhadap perubahan fleksibilitas otot atlet kontingen bayangan PON XVIII Koni Sulawesi selatan. Program pascasarjana universitas hasanuddin.
- Johansyah Lubis. 2004. *Pencak Silat*,. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta
- Kamaruddin, I. 2011. *Kondisi Fisik Dan Struktur Tubuh Atlet Sepakbola Usia 18 Tahun Psm Makassar*. Jurnal Ilara, Volume I I, Nomor 2, 83.
- Kemenkes. 2019. *Olahraga dan manfaat bagi kesehatan*, pp. 8–9.
- Kiswanto, Arista. 2016. *Pembinaan Mental Bagi Atlet Pemula Untuk Membantu Pengendalian Agresifitas*. Jurnal Konseling Gusjigang.
- Mackenzie, Brian. 2005. *The Nine Key Elements Of Fitness*. Electric Word Plc. London
- Mansur, L. K., Irianto, j. p., & Mansur, M. 2018. *Pengaruh Latihan Squat Menggunakan Free Weight dan Gym Machine Terhadap Kekuatan, Power, Hypertropu otot*. Jurnal Keolahragaan, 6(2), 150-161.

- Mariyanto, Muhammad. 2010. *Manfaat Pemanasan Dalam Latihan Olahraga*. Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
- Maulana, A. 2010. *Analisis Aikido Di Jepang Dan Silat Di Minangkabau Sebagai Seni Beladiri Tradisional*. Skripsi Universitas Sumatra Utara.
- Michael. 1996. 300 Teknik Peregangan Olahraga. Pt Raja Gafindo Persada. Jakarta
- Mulyadi. 2012. *Pengaruh Latihan Periode Persiapan PON terhadap Perubahan Daya Tahan Otot Atlet Kontingen Bayangan PON XVIII 2012 KONI Sulawesi Selatan*. Program Pascasarjana Universitas Hasanuddin
- Mylsidayu, A Dan Kurniawan, F. 2015. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Ed. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Nala. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Nawir, D. A. 2016. *Analisis Peningkatan Kapasitas Fungsional Setelah Menjalani Program Latihan Pada Atlet PON XIX-2016 Cabang Olahraga Anggar Di KONI Sulawesi Selatan*. Program Pascasarjana Universitas Hasanuddin
- Negra, Y. et al. 2017. Agility in Young Athletes: Is It a Different Ability from Speed and Power?', *Journal of Strength and Conditioning Research*, 31(3), pp. 727–735. doi: 10.1519/JSC.0000000000001543.
- Nurgraheni, H.D, Marijo, & Indraswari, D.A. 2017. *Perbedaan Nilai Vo2max anatar Atlet Cabang Olahraga Permainan dan beladiri*. Jurnal Kedokteran Diponegoro. Volume 6, Nomor 2.
- Pane, B. S. 2015. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol. 21 Nomor 79 Tahun XXI Maret 2015, 21, pp. 1–4.
- Pito, G., Prakoso, W. And Sugiyanto, F. X. 2017. *Pengaruh Metode Latihan Dan Daya Tahan Otot Tungkai Terhadap Hasil Peningkatan Kapasitas Vo2Max Pemain Bola Basket*.
- Plowman Sa, Denise Ls. 2011. *Exercise Physiology*. Philandelphia: Usa. Vol. 9, No.1
- Pratiwi, Dewi. 2008. *Tendangan Pamungkas*. Pustaka Inermasa. Jakarta
- Pulcheria M, Muliarta I M. 2016. *Fleksibilitas Mahasiswa Universitas Udayana Yang Berlatih Tai Chi Lebih Baik Daripada Yang Tidak Berlatih Tai Chi*. E-JURNAL MEDIKA, VOL.5 NO.6, JUNI, 2016
- Puspitasari, 2020. *Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Status Gizi Pada Atlet Puslatkot Kediri Cabang Olahraga Terukur Unggulan Menuju Porprov Vii Tahun 2021 Dalam Masa Pandemi Covid-19*. Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Sains Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia Un Pgrri Kediri
- Putra AP. 2014. *Perbandingan Model Latihan Peregangan Statis dan Dinamis terhadap Fleksibilitas [Skripsi]*. Banjar Lampung, Lampung: Universitas Lampung.
- Putri, ND. 2018 *Pengaruh Pemberian Kismis (Vitis Vinifera L.) Terhadap Vo2max Pada Mahasiswa Usia Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. S-1 Ilmu Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro
- Richens, B., & Cleather, D. J. (2014). The relationship between the number of repetitions performed at given intensities is different in endurance and strength trained athletes. *Biology of Sport*, 31(2), 157–161.

- Rumpis, Agus Sudarko. 2009. *Peningkatan Kualitas Prosedur Dan Evaluasi Olahraga Unggulan Propinsi Kalimantan Timur*. Jurnal Olahraga Prestasi: Volume 5, No. 1 Januari.
- Safi'i. 2015. *Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Putra Pra Pon Jawa Tengah Dalam Persiapan Pon Xix Tahun 2015*.
- Saiful A, Setya R, Sugiarto. 2013. Korelasi Kadar Hemoglobin Dan Konsumsi Oksigen Maksimal (Vo₂max) Siswa Sma N 1 Pamotan Kabupaten Rembang Bergolongan Darah A, B, Ab, O Tahun 2012. *Journal of Sport Sciences and Fitness* 2 (1) : 44-48 SDI (*Sport Development Index*)
- Sallis, robert. 2021. Physical inactivity is associated with a higher risk for severe Covid-19 outcomes: a syudy in 48 440 adult patients
- Schwellnus, M. 2009. *Stretching techniques and practical guidelines*: Cape Town.
- Septiyani, Era. 2018. *Conditioning Training Karate Berbasis Multisport Approach Dan Media Virtual Reality*, Universitas Negeri Yogyakarta Yogyakarta
- Sexton, P. And Chambers, J. 2016. 'The Importance Of Flexibility For Functional Range Of Motion', (May). Doi: 10.1123/Att.11.3.13.
- Sugiharto. 2014. *Fisiologi olahraga teori dan aplikasi pembinaan olahraga*. Malang : Universitas Negeri Malang.
- Sugiyanto. 2010. *Adolescent Development (Perkembangan)*. FIK UNY: Yogyakarta
- Sukadiyanto. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung; Lubuk Agung
- Suwirman & Ali Umar. 2019. *Peningkatan Kualitas Pelatih Pencak Silat di Kabupaten Dharmasraya*. Jurnal: Berkarya Pengabdian Masyarakat. Volume 1. No. 1: 1-12.
- Syafitri, Indraswari Supatmo. 2017. *Perbedaan Waktu Reaksi Tangan Antara Cabang Olahraga Permainan Dan Bela Diri*. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. Volume 6.
- Usmanto. 2011. *Sumbangan Fleksibilitas dan Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Tendangan Jarak Jauh pada Pemain PS*. UNNES (Skripsi), Universitas Negeri Semarang.
- Utomo, Bambang Ali. 2002. *Aikido Seni Bela Diri Dan Filosofi*. Jakarta: Pt Gramedia Pustaka Utama
- Vitalistyawati, Rustanti, Rustiana, Suhardi. 2019. Pengaruh pemberian senam yoga terhadap fleksibilotas trunk pada wanita dewasa umur 30-45 tahun. *Jurnal Kesehatan Terpadu*.
- Waluyo, I. 2013. Perbedaan Kemampuan Fleksibilitas Sit And Reach Test Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Penyakit Sendi Dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul (Rlpp) Pada Usia 15 – 59 Tahun Di Kelurahan Duren Sawit Jakarta Timur. STIKes Binawan. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi* Volume 3 Nomor 2.
- Winarno, M. E. 2018. Tes Ketrampilan Olahraga.
- Yuliana, "Coronavirus Disasea 2019: *Tinjauan Literatur Terkini*", *Wellness And Healthy Magazine*, Vol. 2 No. 1, Februari 2020: 187-192, Hal 189-190.
- Zdravevski, E. Stojkoska, B.R. Standi, M. Schulz, H. (2017). Automatic Machine-Learning Based Identification of Jogging periods from accelerometer Measurements of Adolescent Under Field conditions. *PloS One* Volume 12(9), Tahun 2017.

Lampiran 1

Data Atlet Beladiri PON XX Sulsel

No	Inisial	Jenis Kelamin	Usia	Cabor	IMT	VO ₂ max Sebelum	VO ₂ max sesudah	Fleksibilitas Sebelum	Fleksibilitas Sesudah
1	F	Laki-laki	22 (remaja akhir)	Judo	19,7 (BB normal)	44,93 (kategori baik)	48,02 (kategori baik sekali)	24 (kategori baik sekali)	27 (kategori baik sekali)
2	RM	Laki-laki	26 (dewasa awal)	Judo	21,7 (BB normal)	44,29 (kategori baik)	43,66 (kategori baik)	15 (kategori kurang)	16 (kategori cukup)
3	NA	Perempuan	26 (dewasa awal)	Judo	23,5 (BB overweight)	35,12 (kategori baik)	38,83 (kategori baik sekali)	15 (kategori kurang)	16 (kategori cukup)
4	FR	Perempuan	24 (remaja akhir)	Judo	30,4 (BB obesitas II)	26,44 (kategori kurang)	26,83 (kategori kurang)	9 (kategori sangat kurang)	9,5 (kategori sangat kurang)
5	S	Perempuan	33 (dewasa awal)	Judo	19,7 (BB normal)	37,45 (kategori baik sekali)	41,86 (kategori memuaskan)	14 (kategori kurang)	17 (kategori cukup)
6	Z	Laki-laki	24 (remaja akhir)	Karate	24,1 (BB overweight)	50,6 (kategori baik sekali)	51,4 (kategori baik sekali)	15 (kategori kurang)	17 (kategori cukup)
7	MSA	Perempuan	24 (remaja akhir)	Karate	22,9 (BB normal)	36,8 (kategori baik)	40,5 (kategori baik sekali)	20 (kategori baik sekali)	25 (kategori baik sekali)
8	NB	Perempuan	21 (remaja akhir)	Karate	23,0 (BB overweight)	42,9 (kategori memuaskan)	48 (kategori memuaskan)	25 (kategori baik sekali)	27 (kategori baik sekali)
9	NRF	Perempuan	20 (remaja akhir)	Karate	21,6 (BB normal)	38,5 (kategori baik sekali)	43,7 (kategori memuaskan)	12 (kategori kurang)	16,5 (kategori cukup)
10	SS	Perempuan	24 (remaja akhir)	Karate	27,9 (BB obesitas I)	31,4 (kategori cukup)	32,9 (kategori cukup)	21 (kategori baik sekali)	21 (kategori baik sekali)
11	IT	Laki-laki	27 (dewasa awal)	Kempo	21,1 (BB normal)	47,1 (kategori baik sekali)	48 (kategori baik sekali)	23 (kategori baik sekali)	20 (kategori baik sekali)
12	SS	Laki-laki	27 (dewasa awal)	Kempo	24,2 (BB overweight)	48,9 (kategori baik sekali)	48,9 (kategori baik sekali)	20 (kategori baik sekali)	18 (kategori baik)
13	YH	Perempuan	25 (remaja akhir)	Kempo	21,3 (BB normal)	34 (kategori baik)	37,5 (kategori baik sekali)	16,5 (kategori cukup)	17 (kategori cukup)
14	A	Perempuan	25 (remaja akhir)	Kempo	19,6 (BB normal)	39,2 (kategori baik sekali)	42,2 (kategori memuaskan)	26 (kategori baik sekali)	27 (kategori baik sekali)
15	SZ	Laki-laki	26 (dewasa awal)	Taekwondo	19,4 (BB normal)	43,66 (kategori baik)	49,85 (kategori baik sekali)	25 (kategori baik sekali)	23,5 (kategori baik sekali)
16	IF	Laki-laki	27 (dewasa awal)	Tarung Drajat	20,2 (BB normal)	46,8 (kategori baik sekali)	49,2 (kategori baik sekali)	22 (kategori baik sekali)	21 (kategori baik sekali)
17	MF	Laki-laki	25 (remaja akhir)	Tarung Drajat	19,2 (BB normal)	43,5 (kategori baik)	44,9 (kategori baik)	21,5 (kategori baik sekali)	20 (kategori baik sekali)

18	M	Laki-laki	25 (remaja akhir)	Tarung Drajat	20,1 (BB normal)	44,9 (kategori baik)	47,1 (kategori baik sekali)	21 (kategori baik sekali)	24 (kategori baik sekali)
19	N	Laki-laki	24 (remaja akhir)	Tarung Drajat	19,1 (BB normal)	42,2 (kategori cukup)	44,9 (kategori baik)	26 (kategori baik sekali)	26 (kategori baik sekali)
20	GM	Perempuan	23 (remaja akhir)	Tarung Drajat	21,1 (BB normal)	32,9 (kategori cukup)	37,8 (kategori baik sekali)	14 (kategori kurang)	16 (kategori cukup)
21	YY	Perempuan	23 (remaja akhir)	Tarung Drajat	18,8 (BB normal)	36,2 (kategori baik)	35,5 (kategori baik)	15 (kategori kurang)	14 (kategori kurang)
22	RA	Perempuan	23 (remaja akhir)	Tarung Drajat	18,9 (BB normal)	32,1 (kategori cukup)	36,2 (kategori baik)	20 (kategori baik sekali)	19,5 (kategori baik sekali)
23	AMIA	Laki-laki	23 (remaja akhir)	Penca k silat	21,2(BB normal)	40,2 (kategori cukup)	46,8 (kategori baik sekali)	27,5 (kategori baik sekali)	28 (kategori baik sekali)
24	RHH	Perempuan	21 (remaja akhir)	Penca k silat	21,0 (BB normal)	44,3 (kategori memuaskan)	41,9 (kategori memuaskan)	23 (kategori baik sekali)	21 (kategori baik sekali)

Lampiran 2

Surat Komisi Etik

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
 UNIVERSITAS HASANUDDIN FAKULTAS KEDOKTERAN
 KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
 RSPN UNIVERSITAS HASANUDDIN
 RSUP Dr. WAHIDIN SUDIROHUSODO MAKASSAR
 Sekretariat : Lantai 2 Gedung Laboratorium Terpadu
 JL.PERJINTIS KEMERDEKAAN KAMPUS TAMALANREA KM.10 MAKASSAR 90245.
 Contact Person: dr. Agussalim Bukhari, MMed, PhD, SpGK TELP. 081241850858, 0411 5780103, Fax : 0411-581431

**REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK**

Nomor : 28/UN4.6.4.5.31/ PP36/ 2022

Tanggal: 18 Januari 2022

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan Dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No Protokol	UH21120759	No Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	Rizky Adani Talib, S.Ft, Ftr	Sponsor	
Judul Peneliti	Gambaran Dan Analisis Kondisi Fisik (Vo2max Dan Fleksibilitas Otot) Dari Hasil Program Latihan Desentralisasi Pada Atlet Beladiri Kontingen PON XX Sulsel Pada Masa Pandemi Covid-19		
No Versi Protokol	2	Tanggal Versi	14 Januari 2022
No Versi PSP	2	Tanggal Versi	14 Januari 2022
Tempat Penelitian	Gedung KONI Sulawesi Selatan, di Makassar		
Jenis Review	<input type="checkbox"/> Exempted <input checked="" type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard Tanggal	Masa Berlaku	Frekuensi review lanjutan
Ketua KEPK FKUH RSUH dan RSWS	Nama Prof.Dr.dr. Suryani As'ad, M.Sc.,Sp.GK (K)	Tanda tangan	
Sekretaris KEPK FKUH RSUH dan RSWS	Nama dr. Agussalim Bukhari, M.Med.,Ph.D.,Sp.GK (K)	Tanda tangan	

Kewajiban Peneliti Utama:

- Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
- Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
- Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
- Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
- Melaporkan penyimpangan dari protokol yang disetujui (protocol deviation / violation)
- Mematuhi semua peraturan yang ditentukan

Lampiran 3

Surat Telah Meneliti di KONI Sulsel




1 2 0 2 2 1 9 3 0 0 1 0 1 3

PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
BIDANG PENYELENGGARAAN PELAYANAN PERIZINAN

Nomor : 25994/S.01/PTSP/2022
 Lampiran :
 Perihal : **Izin Penelitian**

Kepada Yth.
 Ketua Komisi Olahraga Nasional Indonesia
 Prov. Sulsel

di-
Tempat

Berdasarkan surat Direktur PPs UNHAS Makassar Nomor : 513/UN4.20.1/PT.01.04/2022 tanggal 20 Januari 2022 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a : **RIZKY ADANI TALIB**
 Nomor Pokok : P062192020
 Program Studi : Ilmu Biomedik
 Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa(S2)
 Alamat : Jl. P. Kemerdekaan Km. 10, Makassar

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka penyusunan Tesis, dengan judul :

" GAMBARAN DAN ANALISIS KONDISI FISIK (VO2MAX DAN FLEKSIBILITAS OTOT) DARI HASIL PROGRAM LATIHAN DESENTRALISASI PADA ATLET BELADIRI KONTINGEN PON XX SULSEL PADA MASA PANDEMI COVID-19 "

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **31 Januari s/d 28 Februari 2022**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami **menyetujui** kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian. Dokumen ini ditandatangani secara elektronik dan Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan **barcode**. Demikian surat izin penelitian ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar
 Pada tanggal : 27 Januari 2022

A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN
 Selaku Administrator Pelayanan Perizinan Terpadu



Ir. H. DENNY IRAWAN SAARDI, M.Si
 Pangkat : Pembina Utama Madya
 Nip : 19620624 199303 1 003

Tembusan Yth
 1. Direktur PPs UNHAS Makassar di Makassar;
 2. Peringkat.

SIMAP PTSP 27-01-2022



Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936
 Website : <http://simap.sulselprov.go.id> Email : ptsp@sulselprov.go.id
 Makassar 90231



Lampiran 4

Hasil Analisis Data Spss

		Statistics						
		jenis kelamin	usia	IMT	vo2max sebelum	vo2max sesudah	fleksibilitas sebelum	fleksibilitas sesudah
N	Valid	24	24	24	24	24	24	24
	Missing	0	0	0	0	0	0	0

Frequency Table

		usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	remaja akhir (17-25 tahun)	17	70.8	70.8	70.8
	dewasa awal (26-35 tahun)	7	29.2	29.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

		usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	remaja akhir (17-25 tahun)	17	70.8	70.8	70.8
	dewasa awal (26-35 tahun)	7	29.2	29.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

		IMT			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	normal	18	75.0	75.0	75.0
	overweight	4	16.7	16.7	91.7
	obesitas I	1	4.2	4.2	95.8
	obesitas II	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

vo2max sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	1	4.2	4.2	4.2
	cukup	5	20.8	20.8	25.0
	baik	9	37.5	37.5	62.5
	baik sekali	7	29.2	29.2	91.7
	memuaskan	2	8.3	8.3	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

vo2max sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	1	4.2	4.2	4.2
	cukup	1	4.2	4.2	8.3
	baik	5	20.8	20.8	29.2
	baik sekali	12	50.0	50.0	79.2
	memuaskan	5	20.8	20.8	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

fleksibilitas sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sangat kurang	1	4.2	4.2	4.2
	kurang	7	29.2	29.2	33.3
	cukup	1	4.2	4.2	37.5
	baik sekali	15	62.5	62.5	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

fleksibilitas sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sangat kurang	1	4.2	4.2	4.2
	kurang	1	4.2	4.2	8.3
	cukup	7	29.2	29.2	37.5
	baik	1	4.2	4.2	41.7

baik sekali	14	58.3	58.3	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Crosstabs

vo2max sebelum * vo2max sesudah * jenis kelamin Crosstabulation

Count

jenis kelamin			vo2max sesudah					Total
			kurang	cukup	baik	baik sekali	memuaskan	
laki-laki	vo2max sebelum	cukup			1	1		2
		baik			2	3		5
		baik sekali			0	4		4
	Total			3	8		11	
perempuan	vo2max sebelum	kurang	1	0	0	0	0	1
		cukup	0	1	1	1	0	3
		baik	0	0	1	3	0	4
		baik sekali	0	0	0	0	3	3
		memuaskan	0	0	0	0	2	2
Total		1	1	2	4	5	13	
Total	vo2max sebelum	kurang	1	0	0	0	0	1
		cukup	0	1	2	2	0	5
		baik	0	0	3	6	0	9
		baik sekali	0	0	0	4	3	7
		memuaskan	0	0	0	0	2	2
Total		1	1	5	12	5	24	

vo2max sebelum * vo2max sesudah * usia Crosstabulation

Count

usia			vo2max sesudah					Total
			kurang	cukup	baik	baik sekali	memuaskan	
remaja akhir (17-25 tahun)	vo2max sebelum	kurang	1	0	0	0	0	1
		cukup	0	1	2	2	0	5
		baik	0	0	2	4	0	6
		baik sekali	0	0	0	1	2	3
		memuaskan	0	0	0	0	2	2
Total		1	1	4	7	4	17	
dewasa awal (26-35 tahun)	vo2max sebelum	baik			1	2	0	3
		baik sekali			0	3	1	4
Total				1	5	1	7	
Total	vo2max sebelum	kurang	1	0	0	0	0	1
		cukup	0	1	2	2	0	5
		baik	0	0	3	6	0	9

	baik sekali	0	0	0	4	3	7
	memuaskan	0	0	0	0	2	2
	Total	1	1	5	12	5	24

vo2max sebelum * vo2max sesudah * IMT Crosstabulation

Count

IMT			vo2max sesudah					Total
			kurang	cukup	baik	baik sekali	memuaskan	
normal	vo2max sebelum	cukup			2	2	0	4
		baik			3	5	0	8
		baik sekali			0	2	3	5
		memuaskan			0	0	1	1
	Total				5	9	4	18
overweight	vo2max sebelum	baik				1	0	1
		baik sekali				2	0	2
		memuaskan				0	1	1
	Total					3	1	4
obesitas I	vo2max sebelum	cukup		1				1
		Total		1				1
obesitas II	vo2max sebelum	kurang	1					1
		Total	1					1
Total	vo2max sebelum	kurang	1	0	0	0	0	1
		cukup	0	1	2	2	0	5
		baik	0	0	3	6	0	9
		baik sekali	0	0	0	4	3	7
		memuaskan	0	0	0	0	2	2
	Total		1	1	5	12	5	24

fleksibilitas sebelum * fleksibilitas sesudah * jenis kelamin Crosstabulation

Count

jenis kelamin			fleksibilitas sesudah				Total	
			sangat kurang	kurang	cukup	baik		baik sekali
laki-laki	fleksibilitas sebelum	kurang			2	0	0	2
		baik sekali			0	1	8	9
	Total				2	1	8	11
perempuan		sangat kurang	1	0	0	0	0	1

	flexibilitas	kurang	0	1	4		0	5
	sebelum	cukup	0	0	1		0	1
		baik sekali	0	0	0		6	6
	Total		1	1	5		6	13
Total	flexibilitas	sangat kurang	1	0	0	0	0	1
	sebelum	kurang	0	1	6	0	0	7
		cukup	0	0	1	0	0	1
		baik sekali	0	0	0	1	14	15
	Total		1	1	7	1	14	24

flexibilitas sebelum * flexibilitas sesudah * usia Crosstabulation

Count

usia			flexibilitas sesudah					Total
			sangat kurang	kurang	cukup	baik	baik sekali	
remaja akhir (17-25 tahun)	flexibilitas	sangat kurang	1	0	0		0	1
	sebelum	kurang	0	1	3		0	4
		cukup	0	0	1		0	1
		baik sekali	0	0	0		11	11
	Total		1	1	4		11	17
dewasa awal (26-35 tahun)	flexibilitas	kurang			3	0	0	3
	sebelum	baik sekali			0	1	3	4
	Total				3	1	3	7
Total	flexibilitas	sangat kurang	1	0	0	0	0	1
	sebelum	kurang	0	1	6	0	0	7
		cukup	0	0	1	0	0	1
		baik sekali	0	0	0	1	14	15
	Total		1	1	7	1	14	24

flexibilitas sebelum * flexibilitas sesudah * IMT Crosstabulation

Count

IMT			flexibilitas sesudah					Total
			sangat kurang	kurang	cukup	baik	baik sekali	
normal	flexibilitas	kurang		1	4		0	5
	sebelum	cukup		0	1		0	1
		baik sekali		0	0		12	12
	Total			1	5		12	18
overweight	flexibilitas	kurang			2	0	0	2
	sebelum	baik sekali			0	1	1	2

	Total			2	1	1	4	
obesitas I	fleksibilitas sebelum	baik sekali				1	1	
	Total					1	1	
obesitas II	fleksibilitas sebelum	sangat kurang	1				1	
	Total		1				1	
Total	fleksibilitas sebelum	sangat kurang	1	0	0	0	1	
		kurang	0	1	6	0	7	
		cukup	0	0	1	0	1	
		baik sekali	0	0	0	1	14	15
	Total		1	1	7	1	14	24

Lampiran 5
Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Rizky Adani Talib,S.Ft., Ftr
 Tempat/Tanggal Lahir : Ujung Pandang, 20 September 1995
 Alamat : Jl. Kemuliaan IV BTP Blok D No.31
 No. Telp : 085 225 469 215
 Email : rizkyadani35@gmail.com
 Jurusan : Biomedik Kons. Fisiologi
 Fakultas : Kedokteran
 Nama Ayah : Ir. H. Thalib Bini, MT
 Nama Ibu : Hj. Muliaty Badaruddin, S.Sos, MM

Riwayat Pendidikan

1. 2000-2002 : TK Yusram Putra II
2. 2001-2007 : SD Inpres Tamalanrea II
3. 2007-2010 : SMP Negeri 12 Makassar
4. 2010-2013 : SMA Negeri 1 Makassar
5. 2013-2017 : S1 Fisioterapi Universitas Hasanuddin
6. 2018-2019 : Profesi Fisioterapi Universitas Hasanuddin
7. 2019-Sekarang : S2 Biomedik Fisiologi Universitas Hasanuddin

