

## Lampiran 1: Dokumentasi











QUALITY  
BERASTAGI

## Lampiran 2



# UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceren - Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara. Telp. (0828) 92188  
web : [www.uqb.ac.id](http://www.uqb.ac.id) | e-mail : [info@uqb.ac.id](mailto:info@uqb.ac.id)

Medan, 06 April 2023

NOMOR : 1271/SPT/FKIP/UQB/IV/2023  
LAMP : -  
HAL : Izin Penelitian

Kepada Yth :  
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Barusjahe

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

Nama : Bonanta Novrada Purba  
NPM : 1915030004  
Program Studi : POR UQB  
Jenjang Pendidikan : S.1

Bermaksud sedang proses penyelesaian tugas akhir skripsi dengan Judul :  
"upaya meningkatkan kecepatan tendangan sabit dengan menggunakan karet ban pada atlet pencak silat di club sma negeri 1 barusjahe tahun ajaran 2022"

Sehubungan dengan hal tersebut, mohon kiranya agar mahasiswa yang bersangkutan dapat diberikan ijin melakukan penelitian di tempat yang Bapak / Ibu Pimpin dengan alokasi waktu yang ditentukan.

Kami sangat mengharapkan bantuan Ibu agar sudi kiranya dapat memberikan data yang diperlukan berhubungan dengan judul Skripsi di atas.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik sebelumnya kami ucapkan terima kasih.

Dekan,



Dr. Joen Parningotan Purba S.Pd.,M.Pd  
NIDN. 0107118802

Tembusan :  
1. Ka. Prodi POR UQB;  
2. Dosen Pembimbing;

### Lampiran 3



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA  
DINAS PENDIDIKAN  
SMA NEGERI 1 BARUSJAJHE  
DI-DESA SUKAJULU  
Kode Pos 22172 Kec. Barusjahe Kab.Karo  
Email : smasatubarusjahe@gmail.com

Nomor : 420/817/SMA.04.11/TU.3/2023 Barusjahe, 06 April 2023  
Hal : Izin Pelaksanaan Penelitian  
Yth : Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Quality Berastagi  
di\_  
Tempat

Yang bertanda tangan di bawah ini Plt.Kepala SMA Negeri 1 Barusjahe dengan ini memberikan ijin kepada :

Nama : Bonanta Novrada Purba  
NPM : 1915030004  
Program Studi : POR UQB  
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)

Untuk mengadakan penelitian guna memperoleh data penyusunan Skripsi di SMA Negeri 1 Barusjahe dengan judul :

**“Upaya Meningkatkan Kecepatan Tendangan Sabit Dengan Menggunakan Karet Ban Pada Atlet Pencak Silat di Club SMA Negeri 1 Barusjahe Tahun Ajaran 2022/2023”**

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Plt. Kepala SMA Negeri 1 Barusjahe  
  
**HELINTA BR TARIGAN, S.Sos**  
NIP.19850826 201001 2 030

## Lampiran 4

Putra Sitius I

No	Nama	Banyaknya Tendangan Kaki					
		Kanan			Kiri		
1	Xaverius ompukungu	19	19	15	12	12	12
2	Ritardo batus	18	11	11	12	10	10
3	Repa Sembiring	13	11	12	11	11	11
4	Pazni Sitepu	14	14	14	13	13	12
5	Albert Sembiring	16	15	15	15	13	13
6							
7							
8							
9							
10							
Tes		I	II	III	I	II	III

**lampiran 5**

Putri sibuy I

No	Nama	Banyaknya Tendangan Kaki					
		Kanan			Kiri		
1	Nutri Permeta Br Barus	12	12	11	11	10	10
2	Eunike Br Tangan	11	11	10	10	9	6
3	Migella Br Bangsan	9	10	9	9	9	7
4	Nikke Br Ginting	10	9	9	10	10	8
5	Dean Br Tangan.	13	12	12	12	11	11
6							
7							
8							
9							
10							
	Tes	I	II	III	I	II	III

**lampiran 6**

Pepera siklus II

No	Nama	Banyaknya Tendangan Kaki					
		Kanan			Kiri		
1	Xaventus Ompukungu	22	22	20	20	21	22
2	Ribardo Barus	19	20	19	21	20	20
3	Repa Sembiring	21	21	19	20	18	18
4	Patri Siteru	20	19	19	20	20	20
5	Albert Sembiring.	26	25	25	27	27	24
6							
7							
8							
9							
10							
Tes		I	II	III	I	II	III



**lampiran 7**

Putri Sikus II

No	Nama	Banyaknya Tendangan Kaki					
		Kanan			Kiri		
1	Nutri Permata Br Banus	19	18	19	17	17	18
2	Eunike Br Tangan	20	19	16	17	15	15
3	Nigella Br Bangan	20	18	18	16	16	16
4	Likke Br Ginting	19	20	19	16	14	14
5	Dian Br Tangan	22	21	20	20	20	18
6	.						
7	.						
8							
9							
10							
Tes		I	II	III	I	II	III