

TESIS

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT BAHU, FLEKSIBILITAS,
KESEIMBANGAN, DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP
TEKNIK MERODA DI ATAS BALOK KESEIMBANGAN
(SENAM ARTISTIK PUTRI)

PENELITIAN ANALISIS OBSERVASIONAL




M. HARI PRASETYA

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN OLAAHRAGA
JENJANG MAGISTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA

2016

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT BAHU, FLEKSIBILITAS,
KESEIMBANGAN, DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP
TEKNIK MERODA DI ATAS BALOK KESEIMBANGAN
(SENAM ARTISTIK PUTRI)

TESIS



Untuk Memperoleh Gelar Magister
Pada Program Studi Ilmu Kesehatan Olahraga
Jenjang Magister Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga

Oleh :

M. Hari Prasetya

011314553006

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN OLAAHRAGA
JENJANG MAGISTER FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA

2016

ii

HALAMAN PERSETUJUAN

TESIS INI TELAH DISETUJUI
TANGGAL...../.....2016

Oleh
Pembimbing Utama



Dr. Elyana Asnar STP, dr., MS.
Nip. 195007071979032001

Pembimbing



Dr. Sulistiawati, dr., M.Kes.
Nip. 196505201983032002

Mengetahui

Koordinator Program Studi Ilmu Kesehatan Olahraga
Jenjang Magister Fakultas Kedokteran Airlangga



Purwo Sri Rejeki, dr., M.Kes.
Nip. 197506122005012003

HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI UJI TESIS

Tesis ini telah diuji dan dinilai
oleh panitia penguji pada

Program Pascasarjana Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga
Pada tanggal/...../2016

Panitia penguji:

Ketua : Prof. Dr Suhartono Taat Putra, dr., MS.

Anggota :

1. Dr. Elyana Asnar, dr., MS.
2. Dr.Sulistiawati, dr., M.Kes.
3. Dr. Bambang Purwanto, dr., M.Kes., AIFO.
4. Harlina, dr., MS.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji Syukur yang sedalam-dalamnya penulis panjatkan kepada ALLAH SWT, karena atas berkat dan rahmat-NYA, penulis bisa menyelesaikan penulisan tesis ini dengan judul “KONTIRBUSI KEKUATAN OTOT BAHU, FLEKSIBILITAS, KESEIMBANGAN, POWER KAKI TERHADAP TEKNIK MERODA DI ATAS BALOK KESEIMBANGAN (SENAM ARTISTIK PUTRI)”.

Maksud dan tujuan penulisan tesis ini adalah merupakan salah satu syarat utama untuk menyelesaikan program studi S-2 Ilmu kesehatan Olahraga, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga.

Keberhasilan penulisan tesis ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak, maka penulis mengucapkan rasa syukur dan terima kasih yang sebesar-besarnya bapak, ibu dan saudara atas bimbingan dan bantuan moral maupun spiritual yang diberikan kepada penulis. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Airlangga Prof. Dr. Moh. Nasih, SE., MT., Ak, CMA dan segenang jajaran yang telah memberikan fasilitas dalam menempuh pendidikan di Program Studi Kedokteran Dasar Jenjang Magister Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
2. Mantan rektor Universitas Airlangga Prof. Dr. H. Fasich, Apt. yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk dapat menempuh pendidikan di Program Studi Ilmu Kedokteran Dasar Jenjang Magister Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
3. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Prof. Dr. Soetojo, dr, Sp.U (K) yang telah meberikan fasilitas dalam menempuh pendidikan di Program Studi Ilmu Kedokteran Dasar Jenjang Magister Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
4. Mantan dekan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Prof. Dr. Agung Pranoto, dr., M.Kes., Sp.PD., K-EMD.FINASIM yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk dapat menempuh pendidikan di Program Studi

Ilmu Kedokteran Dasar Jenjang Magister Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.

5. Purwo Sri Rejeki, dr., M.Kes., sebagai Kordinator Program Studi Ilmu Kesehatan Olahraga yang telah memberi bantuan dalam mempersiapkan ujian tesis dan revisi.
6. Mantan Koordinator Program Studi Ilmu Kesehatan Olahraga Dr. Bambang Purwanto, dr., M.Kes., AIFO., yang membantu di dalam persiapan program akademik studi Ilmu Kesehatan Olahraga.
7. Dr. Elyana Asnar, dr., MS., selaku pembimbing pertama yang telah membantu, mengarahkan dan menambahkan wawasan keilmuan serta mengajarkan kedisiplinan sehingga mengantarkan saya untuk menyelesaikan program magister.
8. Dr. Sulistiawati, dr., M.Kes., selaku pembimbing kedua yang dengan Ikhlas dan sabar membantu serta memberi dorongan, bimbingan serta saran sehingga proposal penelitian ini dapat terselesaikan
9. Prof. Dr. Suhartono Taat Putra, dr., MS., sebagai penguji yang senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan saran dan kritik guna menyelesaikan proposal penelitian ini.
10. Dr. Bambang Purwanto, dr., M.Kes., AIFO., sebagai penguji yang selalu memberikan kritikan dan komentar positif agar proposal penelitian ini selesai dengan baik.
11. Herlina, dr., MS., sebagai penguji yang senantiasa sabar selalu memberikan masukan positif terhadap penelitian yang dilakukan.
12. Para staff pengajar pada Program studi Ilmu Kesehatan Olahraga yang senantiasa tidak bosan memberikan wawasan dan ilmu terhadap saya pada saat penulisan penelitian ini.
13. Koni Kota Surabaya yang memberikan ijin saya dalam melakukan penelitian.
14. Persani Kota Surabaya yang telah memberikan dukungan atlet sehingga dapat di jadikan sumber data penelitian ini.
15. Club Zasis yang telah memberikan dukungan atau bantuan dalam melakukan tes pengambilan data.

16. Fransisca Januarumi M.W. S.Pd., M.Kes., sebagai koordinator perwasitan senam artistik putri yang telah memberikan suport dan tenaga dalam bidang perwasitan.
17. Para dosen dan staf Departemen Ilmu Faal Fakultas Kedokteran, Airlangga yang selalu membantu di dalam jalannya penelitian ini.
18. Bpk Ashari, Drs., M.M., Pd., dan Ibunda Dwi Prasetya Wati, Drs., M.M., Pd., Yang telah mendoakan, mendidik dan membimbing saya di dalam menyelesaikan program studi mulai dari SD, SMP, SMA, Sarjana dan Jenjang pasca sarjana sehingga saya bisa menyelesaikan proposal penelitian ini.
19. Istri tercinta Farini Ainurrahmat, Amd., yang telah memberikan semangat, perhatian, motivasi, kesabaran dan doa dalam penelitian ini.
20. Kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, saya sampaikan terimakasih.

Penulis menyadari bahwa penulisan tesis ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan penulisan ini. Semoga penulisan ini dapat bermanfaat bagi seluruh warga Fakultas Kedokteran, Magister Ilmu Kesehatan Olahraga Universitas Airlangga dan pembaca pada umumnya.

Surabaya, Desember 2016

Penulis

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT BAHU, FLEKSIBILITAS, KESEIMBANGAN, DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP TEKNIK MERODA DI ATAS BALOK KESEIMBANGAN (SENAM ARTISTIK PUTRI)

RINGKASAN

Gerakan di atas balok keseimbangan termasuk gerakan wajib yaitu gerakan akrobatik yang mengarah kesamping. Salah satunya adalah gerakan meroda. Meroda adalah gerakan dinamis yang berkelanjutan memindahkan berat badan dari kaki – tangan – tangan – kaki – kaki, yang berporos pada anterior sampai posterior. Gerakan yang berlangsung ke depan dalam garis lurus yang bergerak secara horisontal ketika setiap bagian tangan dan kaki di tumpukan ke lantai (Mahendra, 2001;275). *Balance beam* adalah suatu nomor pertandingan pada senam artistik yang menggabungkan gerakan akrobatik, keidahan dan kelentukan di dalam setiap unsur gerakannya. Gerakan di senam artistik khususnya pada alat balok keseimbangan dapat dikatakan sempurna ketika saat atlet ataupun seseorang melakukan gerakan sesuai aturan yang ada pada *code of point gymnastic*, yang di susun oleh federasi tertinggi senam dunia yaitu *federation international gymnastic*. Kesempurnaan teknik meroda dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saat ini belum diketahui antara lain kekuatan otot bahu, fleksibilitas, keseimbangan, dan daya ledak otot tungkai yang sampai saat ini belum pernah diteliti kontribusinya. Adapun beberapa faktor yang sangat berperan di dalam kesempurnaan teknik meroda antara lain, daya ledak otot tungkai bekerja disaat melecutkan kaki ke udara sehingga membentuk gerakan parabola di udara, kekuatan otot bahu di gunakan di dalam melakukan tumpuan tangan pada saat melakukan teknik meroda, kelentukan diperlukan pada saat atlet melakukan gerakan membuka kaki pada saat di atas, dan keseimbangan juga merupakan faktor terakhir yang di butuhkan dalam gerakan teknik meroda sebagai stabilistator atlet ketika sebelum hingga setelah selesai melakukan gerakan akrobatik tersebut.

Metode penelitian ini menggunakan *analitical observasional* menggunakan rancangan penelitian secara korelasi, menggunakan subyek sebanyak 30 atlet senam artistik putri pemusatan latihan cabang Surabaya. Pengambilan data menggunakan tes *expanding dynamometer* digunakan untuk mengukur kekuatan otot bahu mendorong dan menarik, *sit and reach* digunakan untuk mengukur fleksibilitas, *strok stand* digunakan untuk mengukur keseimbangan, *power plate* atau *vertical jump* digunakan untuk mengukur daya ledak otot tungkai, sedangkan kesempurnaan meroda di atas balok keseimbangan menggunakan metode perwasitan yang disesuaikan dengan aturan *Federation International Gymnastic*.

Hasil korelasi kesempurnaan teknik meroda dengan masing-masing variabel dinyatakan signifikan dengan hasil sebagai berikut: hubungan kekuatan otot bahu dengan nilai signifikan ($\rho = 0,000$), fleksibilitas dengan nilai signifikan ($\rho = 0,000$), keseimbangan dengan nilai signifikan ($\rho = 0,000$), daya ledak otot tungkai dengan nilai signifikan ($\rho = 0,000$), berarti ada pengaruh signifikan terhadap kesempurnaan teknik meroda. Hasil analisis korelasi pada variabel hubungan kekuatan otot bahu, fleksibilitas, keseimbangan, daya ledak otot tungkai dengan kesempurnaan teknik meroda di atas balok keseimbangan menunjukkan

signifikan karena nilai signifikan ($\rho = 0,000$), berarti ada pengaruh signifikan terhadap kesempurnaan teknik meroda di atas balok keseimbangan.

Kesimpulan ada hubungan kontribusi kekuatan otot bahu, fleksibilitas, keseimbangan, daya ledak otot tungkai terhadap kesempurnaan teknik meroda di atas balok keseimbangan.



CONTRIBUTIONS SHOULDER MUSCLE STRENGTH, FLEXIBILITY, BALANCE, LEG MUSCLE EXPLOSIVE POWER OF THE TECHNIQUE MERODA ABOVE THE BALANCE BEAM (ARTISTIC GYMNASTICS WOMEN'S)

SUMMARY

Movement at the top of the beam balance included compulsory movements are acrobatic moves that lead laterally. One is the movement cartwheel. Cartwheel is an ongoing dynamic movement to move the weight of the legs - hands - hands - feet - feet, which pivots on the anterior to posterior. Movement that goes forward in a straight line that moves horizontally when any part of the hand and foot in a heap to the floor. Balance beam is a numbers game in artistic gymnastics that combines acrobatics, keidahan and flexibility in every element of motion. Movement in artistic gymnastics, especially on the balance beam tool can be said to be perfect when time athlete or someone doing the movement according to the rules contained in the code off point gymnastics, compiled by the world gymnastics federation, namely the highest international gymnastics federation. Meroda technical perfection is influenced by several factors that are currently unknown among other shoulder muscle strength, flexibility, balance, and leg muscle explosive power that until now has not been investigated contribution. As for some of the factors that play a role in the perfection of technique meroda among others, the explosive power leg muscles work when cracked feet into the air and form a movement parabola in the air, the strength of shoulder muscles used in conducting pedestal hand when making techniques cartwheel, flexibility is needed when the athlete perform during the opening movement feet above, and the balance is also a factor that is needed in the final movement meroda techniques as stabilistator athlete as before until after the completion of the acrobatic movements.

This research method using analytical observational study design was a correlation, using the subject as much as 30 athletes artistic gymnastics women's training camp Surabaya branch. Retrieving data using tests expanding dynamometer is used to view the strength of the shoulder muscles to push and pull, sit and reach is used to measure flexibility, stroke stand used to measure balance, power plate or vertical jump is used to measure the explosive power leg muscle, while perfection cartwheel on balance beam method is adapted to the arbitration rules of the International Federation Gymanstic.

The correlation cartwheel technical perfection with each variable was significant with the following results: the relationship of forces shoulder muscles with significant values ($p = 0,000$), the flexibility of the value significant ($p = 0.000$), the balance of the value significant ($p = 0.000$), explosive power leg muscle with a value significant ($p = 0,000$), there is a significant influence the technical perfection cartwheel. Results of correlation analysis on the variable relationship shoulder muscle strength, flexibility, balance, leg muscle explosive power with the perfection of technique cartwheel above balance beam showed significant because the value significant ($p = 0,000$), there is a significant influence on the technical perfection cartwheel above balance beam.

Conclusion No correlation contribution shoulder muscle strength, flexibility, balance, leg muscle explosive power to perfection technique cartwheel above balance beam.



ABSTRAK**KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT BAHU, FLEKSIBILITAS, KESEIMBANGAN, DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP TEKNIK MERODA DI ATAS BALOK KESEIMBANGAN (SENAM ARTISTIK PUTRI)**

Pendahuluan: Untuk mengidentifikasi kontribusi beberapa aspek yang di butuhkan dalam melakukan gerakan meroda di atas alat balok keseimbangan di nomor senam artistik putri.

Tujuan: Untuk mengetahui kontribusi beberapa aspek yang dibutuhkan dalam melakukan gerakan meroda di atas alat balok keseimbangan.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian *analitical obserservasional* menggunakan rancangan penelitian secara korelasi dengan menggunakan tes yang terukur sebanyak 30 atlet senam artistik putri yang sesuai dengan kriteria inklusi. Pengambilan data menggunakan tes *expanding dynamometer, sit and reach, strok stand, power plate* atau *vertical jump*, dan kesempurnaan meroda menggunakan metode perwasitan.

Hasil: Hasil analisis korelasi pada variabel hubungan kekuatan otot bahu dengan nilai singnifikan 0,000, fleksibilitas dengan nilai singnifikan 0,000, keseimbangan dengan nilai singnifikan 0,000, daya ledak otot tungkai dengan nilai singnifikan 0,000 lebih kecil dari $p = 0,05$, berarti ada pengaruh signifikan terhadap kesempurnaan teknik meroda di atas balok keseimbangan. Hasil analisis korelasi pada variabel hubungan kekuatan otot bahu, fleksibilitas, keseimbangan, daya ledak otot tungkai dengan kesempurnaan teknik meroda di atas balok keseimbangan menunjukkan signifikan karena nilai singnifikan 0,000 lebih kecil dari 0,05, berarti ada pengaruh signifikan terhadap kesempurnaan teknik meroda di atas balok keseimbangan.

Kesimpulan: Ada hubungan kontribusi kekuatan otot bahu, fleksibilitas, keseimbangan, daya ledak otot tungkai dengan kesempurnaan teknik meroda di atas balok keseimbangan.

Kata Kunci : kekuatan otot bahu, fleksibilitas, keseimbangan, daya ledak otot tungkai, kesempurnaan teknik meroda.

ABSTRACT**CONTRIBUTIONS SHOULDER MUSCLE STRENGTH, FLEXIBILITY, BALANCE, LEG MUSCLE EXPLOSIVE POWER OF THE TECHNIQUE MERODA ABOVE THE BALANCE BEAM (ARTISTIC GYMNASTICS WOMEN'S)**

Background: To identify the contribution of some of the aspects required in the motion cartwheel on top of the balance beam in the artistic gymnastics women's number.

Methods: This type of research is observational analytical research using the design study correlation using tests that measured as much as 30 women's artistic gymnastics athletes that fit inclusion criteria. Retrieving data using expanding dynamometer test, sit and reach, stork stand, power plate or vertical jump, and perfection cartwheel using arbitration.

Result: Results of correlation analysis on the variable relationship with the shoulder muscle strength significant value of 0,000, with a value significant 0,000 flexibility, balance with the value significant 0,000, leg muscle explosive power with a value of less than 0,000 significant $\rho = 0.05$, meaning there is a significant influence on the perfection of technique cartwheel above balance beam. Results of correlation analysis on the variable relationship shoulder muscle strength, flexibility, balance, leg muscle explosive power with perfection cartwheel above techniques showed significant balance beam for 0,000 significant value less than 0.05, meaning there is a significant influence on the perfection of technique meroda on balance beam.

Conclusion: There is a correlation contribution shoulder muscle strength, flexibility, balance, leg muscle explosive power with the perfection of technique cartwheel above balance beam.

Keywords : shoulder muscle strength, flexibility, balance, leg muscle explosive power, technical perfection cartwheel.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN SAMPEL DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENETAPAN PENGUJI	v
UCAPAN TERIMAKASIH	vi
RINGKASAN	vii
<i>SUMMARY</i>	viii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR HALAMAN GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 KAJIAN PUSTAKA	5
2.1 Senam	7
2.2 Hakikat Meroda atau <i>Cartwheel</i>	9
2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kesempurnaan Meroda di Alat Balok Keseimbangan	9
2.4.1 Balok Keseimbangan	9
2.4.2 Kekuatan Otot Bahu	9
2.4.3 Kelentukan atau <i>Flexybility</i>	11
2.4.4 Keseimbangan	12
2.4.5 Hakikat Daya Ledak Otot Tungkai	12
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	14
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	14
3.2 Narasi Kerangka Berfikir	15
3.3 Hipotesis Penelitian	16
BAB 4 METODE PENELITIAN	17
4.1 Jenis Penelitian	17
4.2 Rencana Penelitian	17
4.3 Populasi dan Sample Penelitian	18
4.3.1 Populasi Penelitian	18
4.3.2 Besar Sampel	18
4.3.3 Subyek Penelitian	18
4.4 Variable Penelitian	18
4.5 Definisi Operasional	19

4.6	Fasilitas Penelitian	22
4.7	Tempat Dan Waktu Penelitian	24
4.7.1	Tempat Penelitian	24
4.7.2	Waktu Penelitian	24
4.8	Prosedur Penelitian Faktor Pendukung Teknik Kesempurnaan Meroda	24
4.8.1	Kekuatan Otot Bahu	24
4.8.2	Fleksibilitas	25
4.8.3	Keseimbangan	25
4.8.4	Daya Ledak Otot Tungkai	26
4.8.5	Penilaian Perwasitan Senam Artistik Putri	26
4.9	Kerangka Operasional	29
4.10	Teknik Analisis Data	29
BAB 5 HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN		30
5.1	Data Hasil Penelitian	30
5.2	Hasil Uji Normalitas	30
BAB 6 PEMBAHASAN		33
6.1	Pembahasan Hasil Penelitian	34
6.1.1	Analisis Deskriptif	34
6.1.2	Uji Normalitas Tes Pengukuran	34
6.1.3	Hubungan Kekuatan Otot Bahu dengan Kesempurnaan Teknik Meroda di atas Balok Keseimbangan	35
6.1.4	Hubungan Fleksibilitas dengan Kesempurnaan Teknik Meroda di atas Balok Keseimbangan	35
6.1.5	Hubungan Keseimbangan dengan Kesempurnaan Teknik Meroda di atas Balok Keseimbangan	36
6.1.6	Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kesempurnaan Teknik Meroda di atas Balok Keseimbangan	36
6.1.7	Hubungan Kekuatan Otot Bahu, Fleksibilitas, Keseimbangan, Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kesempurnaan Teknik Meroda di atas Balok Keseimbangan	36
BAB 7 PENUTUP		38
7.1	Kesimpulan	38
7.2	Saran	38
Daftar Pustaka		39

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Penilaian Teknik Meroda Berdasarkan Pemotongan Juri	19
Tabel 4.2 Norma Tes Kekuatan Otot Bahu Menarik	20
Tabel 4.3 Norma Tes Kekuatan Otot Bahu Mendorong	20
Tabel 4.4 Norma Tes Fleksibilitas	21
Tabel 4.5 Norma Tes Keseimbangan	21
Tabel 4.6 Daya Ledak /Power Otot Tungkai	22
Tabel 4.7 Penilaian Umum Senam Artistik Putri	27
Tabel 4.8 Pengurangan Poin Senam Artistik Putri Alat Balok Keseimbangan	28
Tabel 5.1 Rerata dan Simpangan Baku	30
Tabel 5.2 Uji Normalitas	31
Tabel 5.3 Hasil Korelasi Teknik Meroda antara Keseimbangan, Otot Bahu, Fleksibilitas dan Daya Ledak Otot Tungkai	32
Tabel 5.4 Hasil Analisis Menggunakan Uji Anova	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Hakikat Meroda	7
Gambar 2.2 Posisi Awal Teknik Meroda	7
Gambar 2.3 Pelaksanaan Teknik meroda	8
Gambar 2.4 Posisi Akhir Teknik meroda	8
Gambar .2.5 Meroda Di Atas Balance Beam	9
Gambar 2.6 Anatomy Lengan Bagian Atas	11
Gambar .2.7 Gambar Anatomy Otot tungkai	12
Gambar 4.1 Mekanisme Gerakan Meroda	19
Gambar 4.2 Alat Expanding Dynamometer	22
Gambar 4.3 Alat Sit and Reach	23
Gambar 4.4 Balance Beam	23
Gambar 4.5 Power Tungkai	23
Gambar 4.6 Penilaian Umum Senam Artistik Putri	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Jadwal kegiatan Penelitian	41
Lampiran II Informasi Penelitian	42
Lampiran III Lembar Persetujuan	43
Lampiran IV Form Penelitian	44
Lampiran V Data Penelitian	45
Lampiran VI Hasil SPSS	46
Lampiran VII dokumentasi	47
Lampiran VIII SuratPermohonanKegiatanPenelitian	49
Lampiran IX SuratIjinPenelitian	50

