

Pengaruh Latihan Shadow Bebas dan Latihan Shadow Kombinasi Terhadap Kelincahan (Agility) Atlet Bulutangkis PB. Hiqua Wijaya Kota Kendiri

by Dhedhy Yuliawan

Submission date: 02-Apr-2023 10:05AM (UTC-0400)

Submission ID: 2053451117

File name: an_Agility_Atlet_Bulututangkis_PB._Hiqua_Wijaya_Kota_Kediri.docx (128.35K)

Word count: 2576

Character count: 16423

Pengaruh Latihan Shadow Bebas dan Latihan Shadow Kombinasi Terhadap Kelincahan (Agility) Atlet Bulutangkis PB. Hiqua Wijaya Kota Kendiri

ARTICLE INFO

ABSTRACT (10PT)

The development of training methods for agility is not maximized in *PB Hiqua Wijaya*. Then this becomes the basis for research carried out to increase agility in badminton athletes. The purpose of this study was to determine the difference in the effect of free *shadow* training and combination *shadow* training on agility. This study used a quantitative research approach with the research subjects of male athletes *PB Wijaya Kediri* aged 12-14 years, the study was conducted in 18 meetings, using an instrument in the form of an Agility T-test Agility test. Data analysis techniques on hypothesis testing using the t-test. The results of this study are (1) There is an effect of free *shadow* training, there is an increase in agility with an increase in the percentage of 20.10% (2) There is an effect of combination *shadow* training, there is an increase in agility with an increase in the percentage of 14.29% (3) There is no significant difference. between free *shadow* exercises and combination *shadows* for increased agility. This is based on data obtained from the t value of $1.56 < 1.98$ (t table) with a significance level.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



Abstrak (10pt)

Pengembangan metode latihan untuk kelincahan masih dirasa kurang dimaksimalkan dalam *PB Hiqua Wijaya*. Maka hal tersebut menjadi dasar penelitian dilakukan untuk meningkatkan kelincahan pada atlet bulutangkis. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan pengaruh latihan *shadow* bebas dan latihan *shadow* kombinasi terhadap kelincahan. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Kuantitatif dengan subyek penelitian atlet putra *PB.Wijaya Kediri* usia 12-14 tahun, penelitian dilakukan sebanyak 18 kali pertemuan, menggunakan instrumen berupa tes kelincahan *T-test Agility*. Teknik analisis data pada uji hipotesis menggunakan uji t. Hasil penelitian ini adalah (1) Ada pengaruh latihan *shadow* bebas terdapat peningkatan kelincahan dengan persentase peningkatan sebesar 20,10% (2) Ada pengaruh latihan *shadow* kombinasi dapat peningkatan kelincahan dengan persentase peningkatan sebesar 14,29% (3) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara latihan *shadow* bebas dengan *shadow* kombinasi dalam peningkatan kelincahan. Hal ini berdasarkan data yang di peroleh dari nilai t hitung sebesar $1,56 < 1,98$ (t tabel) dengan taraf signifikansi 0,05.

Artikel ini open akses sesuai dengan liseni [CC-BY-SA](#)



Kata kunci

Latihan, *Shadow* bebas
shadow kombinasi
Kelincahan
Bulutangkis

Bulutangkis merupakan olahraga yang sudah cukup populer dikalangan masyarakat Indonesia bahkan dunia. Olahraga ini memberikan hiburan tersendiri karena menjadi tontonan yang menarik bagi pemirsa secara langsung maupun melalui media. Olahraga bulutangkis sendiri adalah permainan menggunakan alat berupa raket sebagai sarana untuk memukul objek yaitu kok (Yuliawan, 2017), yang dimainkan satu lawan satu atau dua lawan dua (Purnomo, 2010). Tujuan dari permainan ini adalah mematikan lawan dengan cara menjatuhkan kok ke dalam area lapangan lawan untuk mendapatkan nilai (poin) sampai mencapai 21 poin (Herman & Hidayat, 2011). Melihat dari tujuan permainan ini maka dibutuhkan teknik dasar memegang raket, memukul kok, dan langkah kaki (*footwork*) (Maryati, Sri & Sugiawardana, 2017). Teknik dasar tersebut merupakan hal yang harus dikuasai oleh pemain bulutangkis agar mampu menyajikan permainan yang berkualitas dan menjadi juara.

Salah satu teknik dasar permainan bulutangkis adalah *footwork* sebagai penunjang pemain untuk mengejar bola ke seluruh bidang area permainan. Pemain bulutangkis yang bagus membutuhkan serangkaian latihan yang memerlukan waktu yang terprogram. Masing-masing latihan memiliki metode tersendiri untuk meningkatkan teknik dasar tersebut, salah satunya metode latihan *shadow*. Hal ini ditunjukkan pada hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh latihan *shadow* pada kelincahan yang diberikan pada pemain bulutangkis usia 12-15 tahun (Rahman & Warni, 2017). Selanjutnya latihan *shadow* juga memberikan sumbangan positif pada kelincahan dengan cara memberikan latihan yang teratur, terukur dan terprogram (Kusuma & Aminullah, 2019). Melihat beberapa hasil penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan latihan *shadow* memberikan efek positif pada kelincahan untuk menunjang kualitas permainan bulutangkis terutama pada *footwork* pemain.

Penelitian ini memilih latihan *shadow* sebagai variabel karena terbukti bahwa latihan *shadow* memberikan sumbangan tersendiri pada permainan bulutangkis. Setelah melihat hasil observasi peneliti di *PB Hiqa Wijaya*, Kota Kediri menunjukkan bahwa proses latihan yang diberikan kurang menunjukkan variasi latihan dalam program. Hal ini dapat ditunjukkan pada proses pelatihan cenderung menitikberatkan pada latihan teknik memukul saja tanpa diimbangi dengan latihan teknik *footwork* yang didukung oleh latihan kondisi fisik. Padahal pada latihan *footwork* harus diberikan secara khusus dengan metode latihan fisik karena komponen dari teknik *footwork* berhubungan dengan komponen kondisi fisik yaitu kelincahan. Selain itu pemain cenderung terlalu lambat ketika mengambil kok ke depan. *Footwork* pemain terlihat tidak memiliki pola langkah yang cepat, sehingga pengambilan kok didepan selalu terlambat. Asumsi dari peneliti adalah komponen kondisi fisik kelincahan pemain dinilai masih kurang, karena *footwork* yang lambat menjadikan pengambilan kok didepan terlambat. Maka dalam penelitian ini memberikan kajian tentang latihan yang dapat meningkatkan kelincahan pemain dengan menggunakan metode latihan *shadow*. Meskipun terdapat hasil penelitian yang memberikan bukti latihan *shadow* dapat meningkatkan kelincahan, namun

peneliti mengajukan pembahasan yang berbeda yaitu membandingkan dua metode latihan *shadow*. Latihan *shadow* bebas dan kombinasi menjadi pilihan variabel untuk bahan kajian dalam penelitian ini.

Latihan *shadow* merupakan salah satu latihan kondisi fisik dalam peningkatan kelincahan. Latihan *shadow* diharapkan dapat memberikan peningkatan pada kelincahan pemain bulutangkis di *PB Hiqwa Wijaya*. *PB Hiqwa Wijaya* juga memiliki program latihan kondisi fisik, namun belum mendasar pada latihan kelincahan agar *footwork* pemain menjadi bagus. Latihan fisik yang dilakukan harus terprogram, terencana, teratur dan bertahap (Sukadiyanto & Muluk, 2011) yang secara tidak langsung juga akan meningkatkan VO_{2max} pemain (Uliyandari, 2009) untuk dapat menunjang kebutuhan fisik permainan bulutangkis. Maka fungsional komponen kondisi fisik pemain yang salah satunya kelincahan dapat dimaksimalkan dalam rangka menunjang teknik *footwork* pemain bulutangkis. Kelincahan sendiri merupakan komponen kondisi fisik yang berfungsi untuk mengubah gerakan ke berbagai arah (Amiq, 2014) dan mencirikan bahwa pemain memiliki kelincahan yang baik (Brown & Ferrigno, 2015). Hal ini dikarenakan kelincahan menjadi salah satu faktor keberhasilan pemain bulutangkis untuk memiliki *footwork* yang baik dan mencapai prestasi puncak.

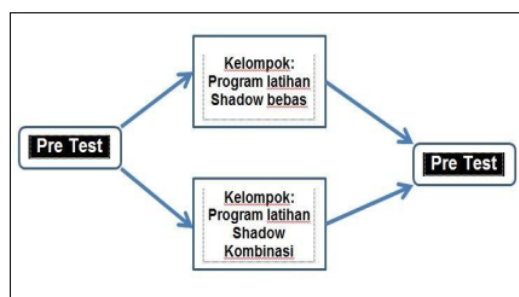
Kelincahan pada permainan bulutangkis dapat diberikan menggunakan metode latihan *shadow*. Artinya latihan *shadow* adalah gerakan seakan-akan memukul kok dalam berbagai arah area lapangan. latihan *shadow* adalah latihan bayang yang berguna untuk *imagery* pemain dalam rangka untuk melatih *footwork* dan gerakan keberbagai arah area lapangan. latihan ini juga memiliki variasi yang beragam, antara lain latihan *shadow* bebas dan latihan *shadow* kombinasi. Latihan *shadow* bebas adalah latihan *shadow* yang dilaksanakan tanpa arahan dari pelatih. Artinya pemain bergerak ke neragai titik area lapangan secara acak. Sedangkan latihan *shadow* kombinasi adalah latihan gerakan kaki yang sesuai dengan arahan pelatih. Artinya pemain mengikuti arahan dari pelatih ketika melakukan gerakan langkah kaki. Latihan *shadow* bulutangkis adalah latihan yang sederhana dan bervariasi dalam pengaplikasiannya, akan tetapi efektif dalam meningkatkan kelincahan atlet. Namun beberapa masalah yang kadang kurang menjadikan latihan *shadow* kurang efektif yaitu kurangnya variasi dalam melakukannya yang dapat menimbulkan kejenuhan atlet sehingga atlet kurang maksimal dalam pelaksanaannya dan mempengaruhi hasil latihan yang telah diberikan. Maka melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau model latihan yang bervariasi dan terprogram dengan baik khususnya program latihan untuk meningkatkan kelincahan

METODE

31 Teknik Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik penelitian eksperimen dengan cara membandingkan dua kelompok tanpa kelompok kontrol yaitu kelompok *shadow* bebas dan kelompok *shadow* komninas. Kelompok *shadow* bebas adalah kelompok yang diberikan latihan dengan materi program latihan

shadow bebas. Sedangkan kelompok *shadow* kombinasi adalah kelompok yang diberikan dengan materi program latihan *shadow* kombinasi. Masing-masing kelompok diberikan program latihan dengan materi yang berbeda namun dengan intensitas dan waktu yang sama. Sebelum diberikan latihan masing-masing kelompok diberikan pre tes terlebih dahulu dengan cara tes kelincuhan. Data dari tes kelincuhan dijadikan dasar data awal atau data pre tes. Kemudian diberikan perlakuan berupa latihan *shadow* pada masing-masing kelompok selama 16 kali pertemuan. Setelah program latihan selesai dengan 16 kali pertemuan maka dilakukan tes kelincuhan kembali dengan tes yang sama pada pre tes. Hasil tes kelincuhan dijadikan dasar data akhir setelah latihan atau data pos tes. Lebih jelas dapat dilihat dari gambar 1 yaitu desain penelitian.



Gambar 1. Desain Penelitian

10

Subjek dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Perkumpulan Bulutangkis Hiqua Wijaya, Kota Kediri yang beralamatkan di GOR Bulutangkis Wijaya Kediri, Jl. Brigadir Jenderal Katamsno No.58, Kp. Dalem, Kec. Kota Kediri, Kota Kediri, Jawa Timur 64129. Penelitian tersebut dilaksanakan pada bulan Agustus – September 2020 pada tanggal 24 Agustus sampai dengan 14 September 2020 dengan subjek penelitian atlet putra PB Hiqua Wijaya kelompok usia 12-15 tahun. Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 14 atlet dari populasi 21 atlet dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Teknik ini juga dapat disebut sebagai *judgement sampling* yaitu sampel dengan sengaja dipilih berdasar pada kualitas yang dimiliki peserta (Etikan, 2016). Adapun kriteria yang digunakan dalam teknik pengambilan sampel tersebut, antara lain: (1) Bersedia dijadikan sampel dalam penelitian, (2) sehat jasmani dan rohani, (3) sudah berlatih minimal 6 bulan dan tidak ada absen selama latihan dalam 2 minggu terakhir, (4) bersedia melaksanakan proses latihan sesuai dengan program latihan dari peneliti.

Instrumen Penelitian

30

Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah program latihan shadow (bebas dan kombinasi) untuk perlakuan dan tes kelincuhan yaitu *T-test Agility*. Program latihan yang

digunakan adalah program latihan shadow bebas dan program latihan shadow kombinasi yang sudah dilakukan *expert judgement* oleh ahli. Sedangkan untuk mendapatkan data kelincahan dalam penelitian ini menggunakan instrumen *T-test Agility* karena karakteristik tes dianggap sesuai dengan permainan bulutangkis. T-test agility yang digunakan memiliki validitas sebesar 0,98 dan reliabilitas tes sebesar 0,89 (Mubarok, 2016).

HASIL DAN PEMBAHASAN

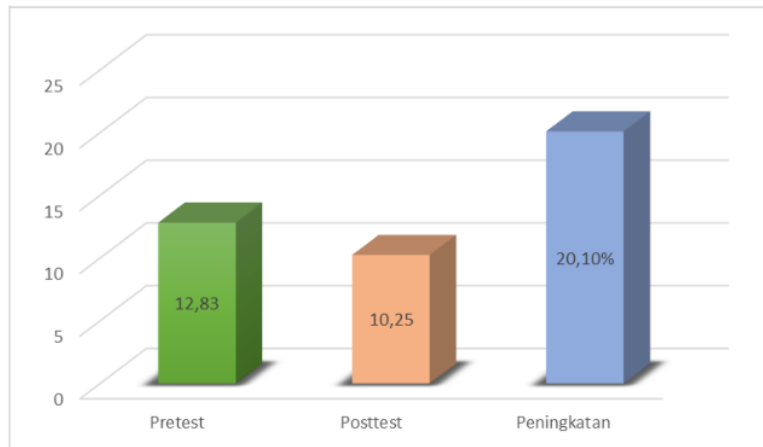
Hasil Penelitian

Setelah dilaksanakan proses penelitian didapatkan data penelitian yang digunakan sebagai sampel penelitian. Berikut adalah deskripsi dari data penelitian yang berdasarkan hasil penelitian sebelum dan sesudah diberikan *treatment* latihan shadow bebas dan shadow kombinasi terhadap kelincahan didapatkan hasil analisis data uji *paired sample t test* menggunakan SPSS 21 yang disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Analisis Statistik Data Hasil Penelitian Pada Kelompok Shadow Bebas

<i>Deskripsi</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Selisih</i>
<i>Gender</i>	<i>male</i>	<i>male</i>	-
<i>Age</i>	X 12,72	X 12,72	-
Rata-rata	12,83	10,25	2,57
Standar Deviasi	0,81	1,06	-0,25
Varian	1,09	1,14	-0,05
Nilai Minimum	11,31	09,17	2,14
Nilai Maksimum	14,30	12,05	2,25
Peningkatan			20,10%

Berdasarkan analisis statistik sederhana diatas, terlihat bahwa pada kelompok eksperimen shadow bebas memiliki rata-rata *pretest* sebesar 12,83 dan rata-rata *posttest* sebesar 10,25 serta didapatkan peningkatan sebesar 20,10%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut ini:

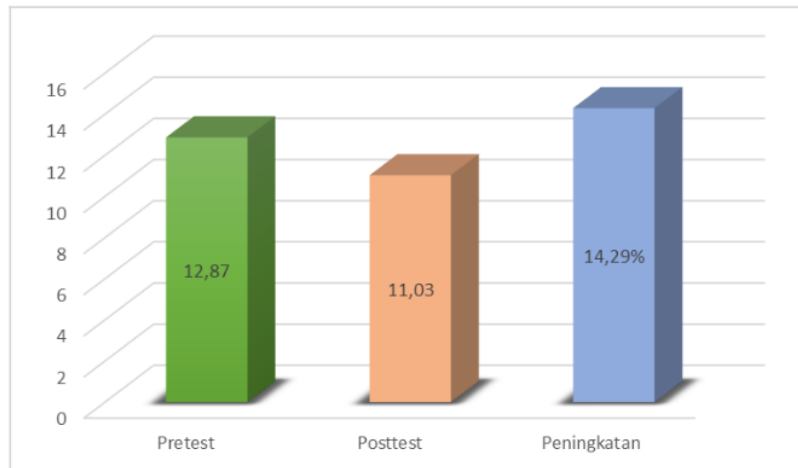


Gambar 1. Diagram hasil *pretest-posttest* pada kelompok *shadow* bebas

Tabel 2. Analisis Statistik Data Hasil Penelitian Pada Kelompok *Shadow* Kombinasi

<i>Deskripsi</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Selisih</i>
<i>Gender</i>	<i>male</i>	<i>male</i>	-
<i>Age</i>	X 12,36	X 12,36	-
<i>Rata-rata</i>	12,87	11,03	1,84
<i>Standar Deviasi</i>	1,16	1,58	-0,42
<i>Varian</i>	1,35	2,51	-1,16
<i>Nilai Minimum</i>	11,50	09,10	2,4
<i>Nilai Maksimum</i>	15,01	14,23	0,78
<i>Peningkatan</i>			14,29%

Berdasarkan analisis statistik sederhana diatas, terlihat bahwa pada kelompok eksperimen *shadow* kombinasi memiliki rata-rata pretest sebesar 12,87 dan rata-rata posttest sebesar 11,03 serta didapatkan peningkatan sebesar 14,29%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut ini:



Gambar 2. Diagram hasil *pretest-posttest* pada kelompok *shadow* kombinasi

⁸ Tabel 3. Hasil uji *paired sample t test pretest-posttest* pada kelompok *shadow* bebas

<i>Df</i>	<i>T tabel</i>	<i>T hitung</i>	<i>Keterangan</i>
6	1,94	6,48	Signifikan

⁶ Berdasarkan hasil uji *paired sample t test* diatas diketahui bahwa t-hitung pada kelompok *shadow* bebas setelah diabsolutkan yaitu 6,48 dan t-tabel sebesar 1,94 yang berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh latihan *shadow* bebas terhadap kelincahan atlet.

⁸ Tabel 3. Hasil uji *paired sample t test pretest-posttest* pada kelompok *shadow* kombinasi

<i>Df</i>	<i>T tabel</i>	<i>T hitung</i>	<i>Keterangan</i>
6	1,94	7,29	Signifikan

⁶ Berdasarkan hasil uji *paired sample t test* diatas diketahui bahwa t-hitung pada kelompok *shadow* bebas setelah diabsolutkan yaitu 7,29 dan t-tabel sebesar 1,94 yang berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh latihan *shadow* kombinasi terhadap kelincahan atlet.

Tabel 4. Hasil uji *t perbedaan peningkatan* pada kelompok *shadow* bebas dan *shadow* kombinasi

<i>Df</i>	<i>T tabel</i>	<i>T hitung</i>	<i>Keterangan</i>
12	1,78	1,56	Tidak signifikan

Berdasarkan hasil uji *independent sample test* diatas, terlihat bahwa hasil uji yang dialami

kelompok shadow bebas dengan kelompok shadow kombinasi memiliki nilai t hitung $1,56 < 1,78$ (t tabel) yang berarti tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan shadow bebas dan shadow kombinasi. Yang berarti kedua latihan tersebut sama-sama memberikan pengaruh terhadap kelincahan (*agility*) atlet bulutangkis PB.Wijaya Kediri dengan persentase peningkatan pada latihan shadow bebas sebesar 20,10% dan shadow kombinasi sebesar 14,29%.

Pembahasan

Pengembangan salah satu komponen latihan dalam olahraga bulutangkis yang dibutuhkan adalah kelincahan (Purnomo, 2010). Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangannya (Young & Farrow, 2013). Dalam bulutangkis kelincahan dibutuhkan untuk mengejar kok ke berbagai arah. Kelincahan tersebut dapat dilatih dengan beberapa metode latihan untuk meningkatkan kelincahan salah satunya adalah dengan metode latihan shadow. Latihan shadow adalah latihan gerakan kaki berupa meniru gerakan permainan bulutangkis ke berbagai arah (Rahman & Warni, 2017). Tujuan dari latihan shadow adalah untuk melatih kelincahan dan penguasaan teknik pukulan, selama melakukannya atlet harus benar-benar membayangkan arah datang shuttlecock dengan pergerakan seperti bermain sungguhan.

Penelitian ini mengkaji tentang pengaruh latihan shadow bebas dan latihan shadow kombinasi terhadap kelincahan atlet bulutangkis PB.Wijaya Kediri yang terdiri dari 14 atlet dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu: Kelompok A diberikan latihan shadow bebas dan Kelompok B diberikan latihan shadow kombinasi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pada kelompok shadow bebas diperoleh rata-rata hasil *pre-test* sebesar 12.83, rata-rata hasil *post-test* sebesar 10.25 dengan selisih 2.58 dan diperoleh peningkatan sebesar 20.10%. Pada kelompok shadow kombinasi diperoleh rata-rata hasil *pre-test* sebesar 12.87, rata-rata hasil *post-test* sebesar 11.03 dengan selisih 1.84 dan diperoleh peningkatan sebesar 14.29%. Sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan latihan shadow dapat memberikan peningkatan terhadap kelincahan atlet dengan dengan nilai t hitung $> t$ tabel yaitu sebesar $15,75 > 1,761$ (Saputra & Sepdanius, 2019). Selain itu selain meningkatkan kelincahan latihan shadow juga dapat memberikan efek pada *power* dan kecepatan (Wisnadi, Kafrawi, Pramono, Firmansyah, & Rusdiawan, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa latihan shadow dalam bulutangkis dibutuhkan dalam meningkatkan komponen kondisi fisik pemain agar adapat menjadi pemain yang bagus. Selanjutnya hal ini juga menjadi faktor utama terbentuknya peningkatan kelincahan. Dengan peningkatan kelincahan yang baik, maka akan mendukung performa atlet dalam hal penguasaan lapangan, maka dari itu secara otomatisasi pengambilan kok dari lawan juga tidak terlambat. Artinya ketika pemain memukul kok pada dari bagian lapangan belakang, maka akan mudah bergerak melangkahkan kakinya ke arah kok selanjutnya. Mengingat permainan bulutangkis adalah membutuhkan gerakan-gerakan ke berbagai arah, maka dibutuhkan kelincahan untuk menjadikan *footwork* pemain menjadi lebih baik.

Latihan kelincahan sebenarnya memiliki variasi yang cukup banyak, antara lain latihan shadow

bebas dan latihan shadow kombinasi. Kedua latihan ini digunakan dalam penelitian dikarenakan masih belum menunjukkan perbedaan dari kedua metode latihan tersebut. sudah dijelaskan di atas bahwa latihan shadow memberikan pengaruh yang positif dalam meningkatkan kelincuhan, dimana permainan bulutangkis membutuhkan kelincuhan untuk menjadikan footwork lebih baik. Maka dapat latihan shadow dalam permainan bulutangkis digunakan untuk memperbaiki dan meningkatkan *footwork*.

23

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil pada penelitian ini adalah (1) ada pengaruh latihan shadow bebas terhadap kelincuhan pada atlet bulutangkis, (2) ada pengaruh latihan shadow kombinasi terhadap kelincuhan pada atlet bulutangkis, (3) tidak ada perbedaan pengaruh yang signifikan latihan shadow bebas dengan kombinasi terhadap kelincuhan pada atlet bultangkis. Melihat dari kesimpulan maka ²⁹ penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti secara teoritis dan praktis pada pelatih, atlet sekaligus praktisi bulutangkis agar lebih memperhatikan program latihan shadow dalam melatih kelincuhan atlet bulutangkis. Selain itu sebagai bahan tambahan pengkajian tentang latihan shadow bulutangkis dan kelincuhan sebagai dasar pembuatan program latihan dalam klub bulutangkis untuk meningkatkan performa atlet.

Pengaruh Latihan Shadow Bebas dan Latihan Shadow Kombinasi Terhadap Kelincahan (Agility) Atlet Bulutangkis PB. Hiqua Wijaya Kota Kendiri

ORIGINALITY REPORT

19%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	journal.ipm2kpe.or.id Internet Source	2%
2	stamina.ppj.unp.ac.id Internet Source	1%
3	simki.unpkediri.ac.id Internet Source	1%
4	journal.moestopo.ac.id Internet Source	1%
5	Dahman Dahman. "Upaya Meningkatkan Asertivitas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Asuh Kelas IX SMP Negeri 1 Sakra Barat", FONDATIA, 2019 Publication	1%
6	digilibadmin.unismuh.ac.id Internet Source	1%
7	Mega Angellena, Eko Switoro, Desy Hanisa Putri. "PENGARUH PEMBELAJARAN DENGAN MODEL PROBLEM SOLVING FISIKA (PSF)	1%

TERHADAP PRESTASI BELAJAR DAN
KEMAMPUAN BERPIKIR KRITIS", Jurnal
Kumparan Fisika, 2020

Publication

8	eprints.umm.ac.id Internet Source	1 %
9	id.123dok.com Internet Source	1 %
10	text-id.123dok.com Internet Source	1 %
11	Submitted to Universitas Mulawarman Student Paper	1 %
12	petalokasi.org Internet Source	1 %
13	Submitted to University of Muhammadiyah Malang Student Paper	1 %
14	ejournal.mandalanursa.org Internet Source	1 %
15	journal.stieamkop.ac.id Internet Source	1 %
16	journal2.um.ac.id Internet Source	1 %
17	journalstkipgrisitubondo.ac.id Internet Source	1 %

18	repository.unp.ac.id Internet Source	1 %
19	Submitted to fpptijateng Student Paper	<1 %
20	eprints.unm.ac.id Internet Source	<1 %
21	mulok.library.um.ac.id Internet Source	<1 %
22	repository.usd.ac.id Internet Source	<1 %
23	unidar.e-journal.id Internet Source	<1 %
24	digilib.uinsby.ac.id Internet Source	<1 %
25	repository.urecol.org Internet Source	<1 %
26	Rivaldy Manimpurung, Lintje Kalangi, Natalia Gerungai. "PENGARUH KAPASITAS SUMBER DAYA MANUSIA DAN KOMITMEN ORGANISASI TERHADAP KUALITAS LAPORAN KEUANGAN PEMERINTAH DAERAH PADA BADAN PENGELOLA KEUANGAN DAN ASET DAERAH (BPKAD) KOTA MANADO", GOING CONCERN : JURNAL RISET AKUNTANSI, 2018 Publication	<1 %

27 es.scribd.com Internet Source <1 %

28 journal.unair.ac.id Internet Source <1 %

29 jurnal.fkip.uns.ac.id Internet Source <1 %

30 online-journal.unja.ac.id Internet Source <1 %

31 Gerry Archiemedes, Syahrinan Syahrinan, Arsyadani Mishbahuddin. "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Client Centered Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII E di SMPN 7 Kota Bengkulu", *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 2019
Publication

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

Pengaruh Latihan Shadow Bebas dan Latihan Shadow Kombinasi Terhadap Kelincahan (Agility) Atlet Bulutangkis PB. Hiqua Wijaya Kota Kendiri

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

/0

GENERAL COMMENTS

Instructor

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9
