

LAMPIRAN

Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian



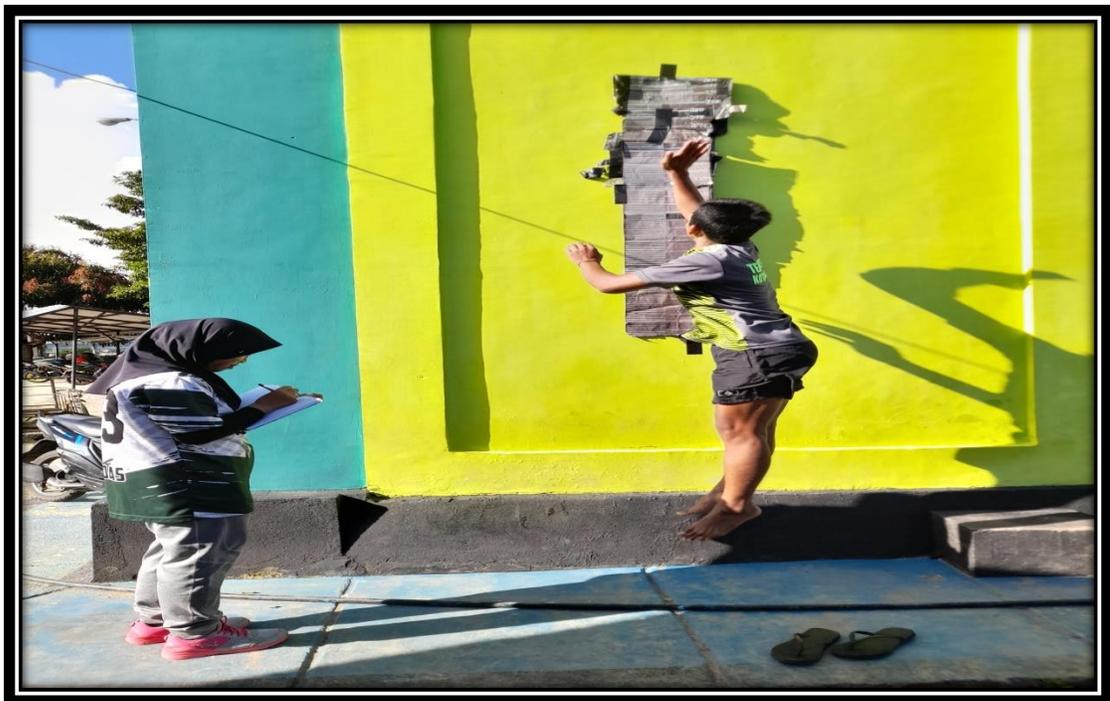
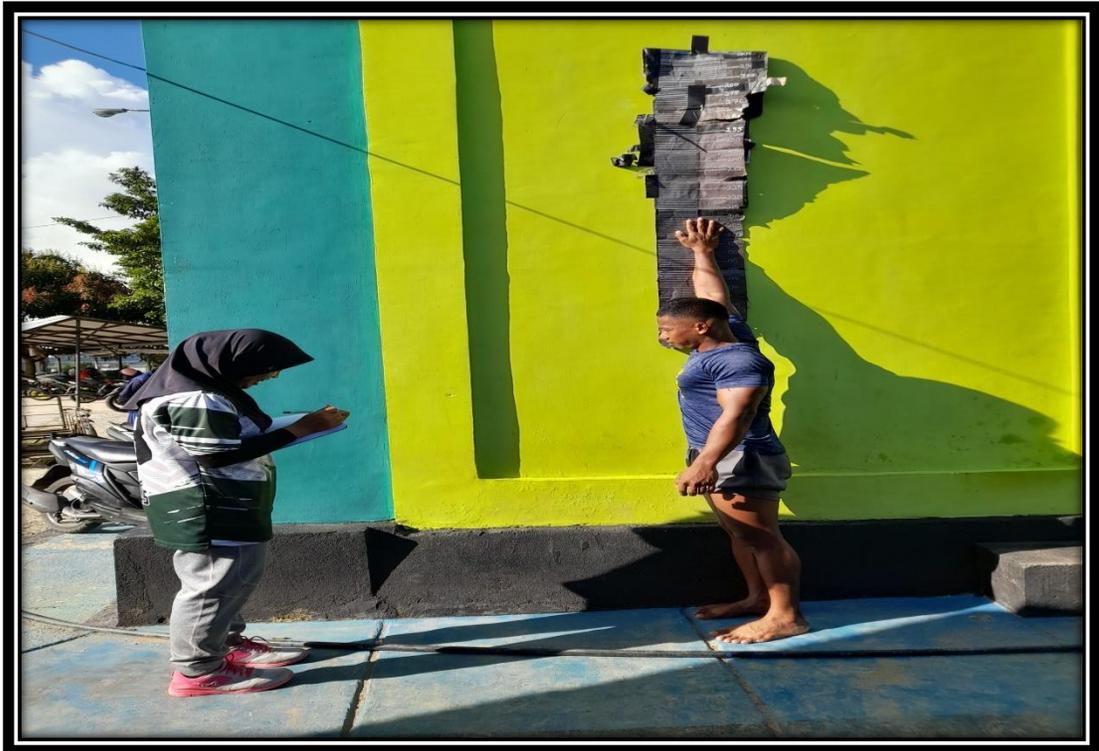
Berdoa dan Memberikan Pengarahan



Tes Kelentukan Otot Pinggang menggunakan *tes sit and rich*



Tes Kekuatan Otot Lengan menggunakan tes *push up*



Tes Kekuatan Otot Tungkai menggunakan tes *vertical jump*



Tes Kecepatan Mendayung

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Wilda Rudianto, lahir di Mario Pada tanggal 27 Maret 2000, anak pertama dari 2 bersaudara, buah kasih pasangan dari Ayahanda “**Rudianto**” dan Ibunda “**Marliati**”. Penulis pertama kali menempuh pendidikan pendidikan tepat pada umur 6 tahun di Sekolah Dasar (SD) Pada SDN 61 Mario tahun 2006 dan selesai Pada Tahun 2012, dan Pada Tahun yang sama penulis melanjutkan

di Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 2 Bua Ponrang dan selesai Pada Tahun 2015 dan Pada Tahun yang sama penulis melanjutkan Pendidikan di Sekolah Menengah Atas (SMA) pada SMAN 15 Luwu Penulis mengambil Jurusan IPA dan selesai PaDA Tahun 2018. Pada Tahun 2018 Penulis terdaftar pada salah satu perguruan tinggi swasta Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Palopo, dan Alhamdulillah selesai tahun 2022.

Berkat petunjuk dan pertolongan Allah SWT, usaha dan disertai doa dan kedua orang tua dalam menjalani aktivitas akademik di perguruan Tinggi Universitas Muhammadiyah Palopo. Alhamdulillah Penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan skripsi yang berjudul “ **Analisis Kelentukan Otot Pinggang, Kekuatan Otot Lengan, dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Mendayung Perahu Naga 200 Meter Pada Atlet Dayung Kota Palopo**”.