

**PENGARUH LATIHAN AGILITY TERHADAP FOOTWORK
BULUTANGKIS ATLET USIA 12-15 TAHUN
PADA PB DAUN MUDA BANJARBARU**



OLEH :

Muhammad Iman Permana

NIM. 201012310009

ARTIKEL

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTRIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
BANJARBARU
2024**

ABSTRACT

MUHAMMAD IMAN PERMANA (2024) PENGARUH LATIHAN AGILITY TERHADAP
FOOTWORK BULUTANGKIS ATLET USIA 12 – 15 TAHUN
PADA PB DAUN MUDA BANJARBARU

Anvisor.(1). Mita Erliana, S.Pd, M. Or (2). Drs. Abd. Hamid, M.Pd

This study aims to determine whether there is an influence of agility training on the footwork abilities of badminton athletes aged 12-15 years at PB Daun Muda Banjarbaru. Qualitative descriptive pre-experimental research method. The population in this study was 33 people and the sampling technique used purposive sampling (aged 12-15 years) with a sample size of 10 people. The initial test was then given treatment for 12 meetings over 1 month. The results of the initial test showed that there were 4 people (40%) in the "poor" category and 6 people (60%) in the "very poor" category. Meanwhile, in the final test, there were 6 people (60%) in the "moderate" category and 4 people (40%) in the "poor" category. The results of the study showed that there was an increase in the classification of footwork ability from "poor" to "medium" after the agility training was carried out. These findings emphasize the importance of these exercises in improving the agility and footwork speed of young badminton athletes.

Keywords: Influence, Training, Agility, Footwork, Badminton

ABSTRAK

**MUHAMMAD IMAN PERMANA (2024) PENGARUH LATIHAN AGILITY TERHADAP
FOOTWORK BULUTANGKIS ATLET USIA 12 – 15 TAHUN
PADA PB DAUN MUDA BANJARBARU**

Anvisor.(1). Mita Erliana, S.Pd, M. Or (2). Drs. Abd. Hamid, M.Pd

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan agility terhadap kemampuan footwork atlet bulutangkis usia 12-15 tahun di PB Daun Muda Banjarbaru. Metode penelitian pra-eksperimen diskriptif kualitatif. Populasi pada penelitian ini berjumlah 33 orang dan teknik penentuan sampel menggunakan purposive sampling (usia 12-15 tahun) dengan jumlah sampel 10 orang. Tes awal kemudian diberikan perlakuan selama 12 kali pertemuan selama 1 bulan. Hasil penelitian pada tes awal menunjukkan bahwa terdapat 4 orang (40%) dalam kategori "kurang" dan 6 orang (60%) dalam kategori "kurang sekali". Sementara pada tes akhir, terdapat 6 orang (60%) dalam kategori "sedang" dan 4 orang (40%) dalam kategori "kurang". Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan klasifikasi kemampuan footwork dari "kurang" menjadi "sedang" setelah latihan agility dilakukan. Temuan ini menekankan pentingnya latihan tersebut dalam meningkatkan kelincahan dan kecepatan footwork atlet bulutangkis usia muda.

Kata Kunci : Pengaruh, Latihan, Agility, Footwork, Bulutangkis

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

"Menelusuri setiap detail dengan tekun, mengukir masa depan dengan ilmu"

(Muhammad Iman Permana)

Bismillahirrahmanirrahim, Alhamdulillah puji syukur kepada Allah SWT. Yang telah memberikan nikmat yang luar biasa, memberi peneliti kekuatan, membekali peneliti dengan ilmu pengetahuan serta memperkenalkan peneliti dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan, peneliti dapat menyelesaikan Artikel tepat pada waktunya. Shalawat serta salam selalu tercurah limpahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW.

Segala perjuangan peneliti hingga titik ini, peneliti persembahkan teruntuk orang-orang hebat yang selalu menjadi penyemangat, dan menjadi alasan penulis kuat sehingga bisa menyelesaikan Artikel ini. Yang terkhususkan untuk orangtua, serta seluruh keluarga, kerabat dan teman-teman semuanya. Saya ucapkan terimakasih.

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH LATIHAN AGILITY TERHADAP FOOTWORK BULATANGKIS ATLET USIA 12-15 TAHUN PADA PB DAUN MUDA BANJARBARU

Oleh :

Muhammad Iman Permana

NIM 2010122310009

Pembimbing Utama



Mita Erliana, S.Pd., M.Or.
NIP 198002222005012007

Pembimbing Pendamping



Drs. Abd. Hamid, M.Pd.
NIP 196005071988031004

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru,


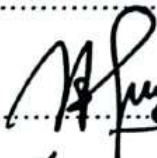
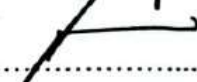


Dr. Rahmadi, S.Pd, M.Pd.
NIP.197807312002121001

HALAMAN PENGESAHAN

Telah Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada tanggal :

Dewan Penguji

1. Mita Erliana, S.Pd., M.Or. (Pembimbing Utama)..... 
2. Drs. Abd. Hamid, M.Pd (Pembimbing Pendamping)..... 
3. Dr. Eka Purnama Indah, S. Pd., M. Pd. (Penguji)..... 

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru



Drs. Perdinanto, M. Pd.

NIP. 196309251988031002

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini :

Nama : Muhammad Iman Permana
NIM : 201012310009
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Jurusan : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas : Lambung Mangkurat

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa artikel yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiasi.

Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa artikel ini hasil dari plagiasi, baik Sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut dengan ketentuan yang berlaku.

Banjarbaru, 17 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



Muhammad Iman Permana

NIM. 201012310009

SURAT PERNYATAAN

Saya Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini:

Nama : Muhammad Iman Permana
NIM : 2010122310009
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Alamat : Jejangkit Muara, RT/RW. 006/003, Kec. Jejangkit, Kab.
Barito Kuala

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Artikel yang saya tulis ini benar – benar tulisan saya dan menggunakan Mendeley. Apabila kemudian hari ditemukan bukti bahwa artikel ini penulisannya tanpa menggunakan Mendeley maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarbaru, 25 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan,



Muhammad Iman Permana

NIM. 201012310009

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penyusun panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat, rahmat dan hidayah yang diberikan-Nya penyusun dapat melaksanakan penelitian dan menyelesaikan artikel yang berjudul “Pengaruh Latihan Agility terhadap Footwork Bulutangkis Atlet Usia 12-15 Tahun pada PB Daun Muda Banjarbaru”.

Artikel ini dapat diselesaikan dengan baik berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, penyusun mengucapkan terimakasih kepada Ibu Mita Erliana, S.Pd., M.Or selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak Drs. Abd. Hamid, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II. Yang telah memberikan masukan dan dorongan semangat selama proses penulisan. Keberhasilan ini merupakan hasil kolaborasi dan dukungan dari para pembimbing yang luar biasa, yang telah memberikan arahan yang berharga dalam Menyusun artikel ini.

Peneliti juga berterimakasih kepada semua pihak yang memberikan dukungan dan kontribusi selama penelitian dan penulisan artikel ini. Masukan dan saran serta dorongan semangat yang diberikan sangat berarti dan membantu peneliti dalam menyempurnakan artikel ini.

Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif dalam ranah penelitian dan perkembangan dunia bulutangkis, serta dapat menjadi referensi yang berharga bagi pembaca yang berminat. Ucapan terimakasih sebesar-besarnya untuk semua pihak yang telah terlibat dalam proses ini.

Banjarbaru, 17 Juli 2024



Muhammad Iman Permana

NIM. 201012310009

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
ABSTRAK.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
PENDAHULUAN.....	1
METODE.....	2
HASIL DAN PEMBAHASAN	3
KESIMPULAN.....	4
UCAPAN TERIMA KASIH.....	4
DAFTAR PUSTAKA	6
LAMPIRAN.....	8
DOKUMENTASI KEGIATAN PENELITIAN.....	18

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1. Hasil tes awal pre tes.....	3
Tabel 2. Hasil tes akhir post tes.....	3
Tabel 3. Hasil tes awal dan tes akhir	3

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Diagram Kerangka Berfikir.....	9
Gambar 2. Raket Bulutangkis.....	9
Gambar 3. Shuttlecock.....	9
Gambar 4. Sepatu bulutangkis.....	9
Gambar 5. Lapangan bulutangkis.....	10
Gambar 6. Net bulutangkis.....	10
Gambar 7. Pakaian jersey bulutangkis.....	10
Gambar 8. Scoreboard atau papan skor badminton.....	12
Gambar 9. Letak GOR Badminton Merah Putih pada Google maps.....	12
Gambar 10. Lapangan GOR Badminton Merah Putih.....	12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. <i>Letter of Acceptance (LOA)</i>	8
Lampiran 2. Uji Turnitin.....	9
Lampiran 3. Penunjukan Pembimbing Artikel	10
Lampiran 4. Surat Permohonan Uji Plagiasi.....	11
Lampiran 5. Surat Permohonan Uji Plagiasi.....	12
Lampiran 6. Surat Permohonan Penilaian Artikel	13
Lampiran 7. Permohonan Izin Meneliti	15
Lampiran 8. Kartu Bimbingan Penulisan Artikel	16
Lampiran 9. Kartu Bimbingan Penulisan Artikel	17