



**PERBEDAAN WAKTU REAKSI ANTARA REMAJA  
TERLATIH FUTSAL, TERLATIH PENCAK SILAT,  
DAN TIDAK TERLATIH**

Skripsi  
Diajukan guna memenuhi  
sebagian syarat untuk memperoleh derajat Sarjana Kedokteran  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh  
Najwa Ahda Sabila  
2110911120037

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
BANJARMASIN  
Desember 2024**

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**PERBEDAAN WAKTU REAKSI ANTARA REMAJA TERLATIH FUTSAL,  
TERLATIH PENCAK SILAT, DAN TIDAK TERLATIH**

**Najwa Ahda Sabila, NIM: 2110911120037**

Telah dipertahankan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**  
Program Studi Kedokteran Program Sarjana  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Lambung Mangkurat  
Pada Hari Kamis Tanggal 28 November 2024

**Pembimbing I**

Nama: dr. Asnawati, M.Sc  
NIP : 197203051998032001

**Pembimbing II**

Nama: dr. Pagan Pambudi, M.Si., Sp.N(K)  
NIP : 197406052001121002

**Penguji I**

Nama: dr. Fakhrurazy, M.Kes., Sp.N(K)  
NIP : 197410301998031001

**Penguji II**

Nama: dr. Dona Marisa, M.Biomed  
NIP : 197403092005012002

Banjarmasin, 17 Desember 2024

Mengetahui,

Program Studi Kedokteran Program Sarjana



**Dwik Dwi Sanyoto, M.Kes., M.Med.Ed**  
NIP. 197203071997021002

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dengan skripsi ini tidak terdapat karya yang diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 14 November 2024



Najwa Ahda Sabila

## ABSTRAK

### PERBEDAAN WAKTU REAKSI ANTRA REMAJA TERLATIH FUTSAL, TERLATIH PENCAK SILAT, DAN TIDAK TERLATIH

Najwa Ahda Sabila

Olahraga merupakan yang lebih baik didapatkan dari hasil latihan dan kebiasaan. Hal ini bisa didapatkan melalui kebiasaan olahraga. Olahraga diteliti mampu menambah pasokan aliran darah dan oksigen ke otot rangka dan otak. Pada cabang olahraga tertentu kecepatan reaksi dilatih guna menunjang performa pemain, misalnya seperti futsal dan pencak silat. Parameter yang perlu diukur adalah waktu reaksi. Waktu reaksi adalah jarak waktu dari penerimaan stimulus hingga direspon menjadi reaksi motorik. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan waktu reaksi antara remaja terlatih futsal, terlatih pencak silat, dan tidak terlatih. Penelitian dilakukan secara *cross sectional study* pada 31 remaja anggota futsal, 32 anggota pencak silat, dan 30 tidak terlatih. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji Welch's Anova untuk melihat apakah terdapat perbedaan antara ketiga kelompok, dilanjutkan uji *Post Hoc* dengan uji Games-Howell untuk membandingkan masing-masing antara dua kelompok. Hasil analisis data adalah terdapat perbedaan yang bermakna antara rata-rata dari setidaknya dua kelompok uji dengan nilai  $p$  sebesar 0,005 ( $p < 0,05$ ). Dengan rincian terdapat perbedaan bermakna antara waktu reaksi remaja terlatih futsal dan remaja terlatih pencak silat ( $p = 0,016$ ), terdapat perbedaan bermakna antara waktu reaksi remaja terlatih futsal dan remaja tidak terlatih ( $p = 0,008$ ), tidak terdapat perbedaan bermakna antara waktu reaksi remaja terlatih pencak silat dan remaja tidak terlatih ( $p = 0,545$ ). Dapat disimpulkan terdapat perbedaan bermakna antara waktu reaksi remaja terlatih futsal, terlatih pencak silat, dan tidak terlatih.

**Kata-kata kunci:** waktu reaksi, futsal, pencak silat

## **ABSTRACT**

### **DIFFERENCES IN REACTION TIME FUTSAL TRAINED, PENCAK SILAT TRAINED, AND UNTRAINED ADOLESCENTS**

**Najwa Ahda Sabila**

*Better reaction ability is obtained from training and habits. This can be Better reaction ability is obtained from training and habits. This can be obtained through exercise habits. Exercise is studied to be able to increase the supply of blood flow and oxygen to skeletal muscles and the brain. In certain sports, reaction speed is trained to support player performance, such as futsal and pencak silat. The parameter that needs to be measured is reaction time. Reaction time is the time from receiving a stimulus to being responded to as a motor reaction. The purpose of this study was to determine the difference in reaction time between adolescents trained in futsal, trained in pencak silat, and untrained. The study was conducted as a cross sectional study on 31 adolescent futsal members, 32 pencak silat members, and 30 untrained. The sampling technique was carried out using the purposive sampling method. Data analysis used the Welch's Anova test to see if there were differences between the three groups, followed by the Post Hoc test with the Games-Howell test to compare each of the two groups. The results of the data analysis were that there was a significant difference between the averages of at least two test groups with a  $p$  value of 0.005 ( $p < 0.05$ ). With details there is a significant difference between the reaction time of adolescents trained in futsal and adolescents trained in pencak silat ( $p = 0.016$ ), there is a significant difference between the reaction time of adolescents trained in futsal and adolescents not trained ( $p = 0.008$ ), there is no significant difference between the reaction time of adolescents trained in pencak silat and adolescents not trained ( $p = 0.545$ ). It can be concluded that there is a significant difference between the reaction time of adolescents trained in futsal, trained in pencak silat, and untrained*

**Keywords:** *reaction time, futsal, pencak silat*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“PERBEDAAN WAKTU REAKSI ANTARA REMAJA TERLATIH FUTSAL, TERLATIH PENCAK SILAT, DAN TIDAK TERLATIH”** , tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH, FISC.M. yang telah memberi kesempatan dan fasilitas pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana Dr. Dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes., M.Med.Ed. yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing dr. Asnawati, M.Sc. dan dr. Pagan Pambudi, M.Si., Sp.N(K). yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji dr. Fakhurrazy, M.Kes., Sp.N (K). dan dr. Dona Marisa, M.Biomed. yang memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

5. Koordinator blok skripsi dr. Rahmiati, M.Kes., Sp.MK., yang telah banyak membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh pihak dan siswa di SMAN 1 Anjir Pasar, MTsN 1 Batola, PSHT Banjarmasin, PSHT Anjir Pasar yang telah berkontribusi membantu dalam pengambilan data penelitian.
7. Kedua orang tua penulis, Syaifudin dan Noor Fitriani serta saudara, dan seluruh keluarga penulis yang senantiasa memberikan dukungan dan doa demi kelancaran penyusunan skripsi
8. Sahabat penulis, Helya, Aira, Maryam, Dini, Zakyud dan teman-teman lain yang selalu memberikan bantuan dan support selama penyusunan skripsi
9. Rekan penelitian, Shelly dan Marcel yang membersamai perjuangan menulis skripsi ini, terima kasih untuk segala bantuan, kesabaran, dan dedikasinya sehingga kita bisa sama-sama memulai paragraf pertama dan menyelesaikan paragraf terakhir dengan sangat baik

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarmasin, November 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b><i>ABSTRACT</i></b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Keaslian Penelitian .....	4

<b>BAB II</b>	<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
	A. Olahraga.....	8
	B. Futsal.....	8
	C. Pencak Silat.....	9
	D. Waktu Reaksi.....	12
	E. Remaja.....	19
<b>BAB III</b>	<b>LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS</b> .....	21
	A. Landasan Teori.....	21
	B. Hipotesis.....	25
<b>BAB IV</b>	<b>METODE PENELITIAN</b> .....	26
	A. Rancangan Penelitian.....	26
	B. Populasi dan Subjek Penelitian.....	26
	C. Instrumen Penelitian.....	27
	D. Variabel Penelitian.....	27
	E. Prosedur Penelitian.....	28
	F. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	28
	G. Cara Analisis Data.....	31
	H. Waktu dan Tempat Penelitian.....	32
<b>BAB V</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	33
	A. Deskripsi Umum.....	33

B. Hasil dan Pembahasan.....	34
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>41</b>
A. Simpulan.....	41
B. Saran .....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>42</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>47</b>