



**GAMBARAN *AGILITY* PADA ATLET BULUTANGKIS
REMAJA**

SKRIPSI

KHAIRA ZAHFARINA FATAH

221.0715.0048

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA
2026**



**GAMBARAN *AGILITY* PADA ATLET BULUTANGKIS
REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan**

KHAIRA ZAHFARINA FATAH

221.0715.0048

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Khaira Zahfarina Fatah

NIM : 2210715048

Tanggal : 15 Januari 2026

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 15 Januari 2026

Yang Menyatakan,



Khaira Zahfarina Fatah

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khaira Zahfarina Fatah
NIM : 2210715048
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Gambaran *Agility* pada Atlet Bulutangkis Remaja” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 15 Januari 2026

Penulis



Khaira Zahfarina Fatah

PENGESAHAN

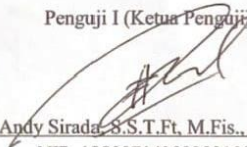
Skripsi diajukan oleh :

Nama : Khaira Zahfarina Fatah
NIM : 2210715048
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana
Judul Skripsi : Gambaran *Agility* pada Atlet Bulutangkis Remaja

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 15 Januari 2026

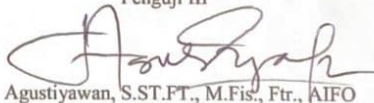
Penguji I (Ketua Penguji)


Andy Sirada, S.S.T.Ft, M.Fis., AIFO
NIP. 198807142022031003

Penguji II


H. Hamonangan, S.T., M.Erg., AIFO
NIP. 199408062025061004

Penguji III


Agustiyan, S.ST.FT., M.Fis., Ftr., AIFO
NIP. 198808092025211057

Mengetahui


Dr. Ir. Henry Binsar Hamonangan, S.T., M.T
NIP. 197212191999031002

Koordinator Program Studi
Fisioterapi Program Sarjana


Rabia, S.Ft., M.Biomed., AIFO
NIP. 199308202022032011



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “**Gambaran Agility pada Atlet Bulutangkis Remaja**” dengan baik.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis menyampaikan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

- a. Bapak Agustiyawan SST.FT., M.Fis., Ftr., AIFO, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta saran dan masukan kepada penulis.
- b. Mama, papa, aa, adek tercinta, atas doa, kasih sayang, dan dukungan yang tidak pernah berhenti.
- c. Teman-teman seperjuangan S1 Fisioterapi, yang selalu memberikan semangat dan kebersamaan dalam menghadapi setiap proses.
- d. NCT Dream dan Seventeen, yang menjadi sumber energi positif dan semangat ketika penulis merasa lelah.
- e. Serta diri sendiri, terima kasih telah berjuang, bertahan, dan terus percaya pada proses.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan penelitian ini ke depannya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat.

Jakarta, 15 Januari 2026

Penulis

Khaira Zahfarina Fatah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1. Latar Belakang	1
I.2. Rumusan Masalah	4
I.3. Tujuan Penelitian.....	4
I.4. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II LANDASAN TEORI	6
II.1. Bulutangkis.....	6
II.2. <i>Agility</i>	10
II.3. Kerangka Teori.....	15
II.4. Penelitian Terdahulu	15
BAB III METODE PENELITIAN.....	20
III.1. Kerangka Konsep.....	20
III.2. Definisi Operasional	20
III.3. Desain Penelitian	24
III.4. Populasi dan Sampel Penelitian	24

III.5.	Lokasi dan Waktu Penelitian	25
III.6.	Instrumen Penelitian	25
III.7.	Metode Pengumpulan Data.....	30
III.8.	Analisis Data.....	31
III.9.	Etika Penulisan.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		33
IV.1.	Hasil	33
IV.2.	Karakteristik Subjek Penelitian Dalam <i>Agility</i>	40
IV.3	Pembahasan.....	48
IV.4	Keterbatasan Penelitian.....	54
BAB V PENUTUP.....		55
V.1	Kesimpulan	55
V.2	Saran	56
DAFTAR PUSTAKA		57
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	15
Tabel 2	Definisi Operasional	20
Tabel 3	Nilai Normatif Shuttle run <i>agility</i> test.....	27
Tabel 4	Kategori Hasil IMT	29
Tabel 5	Kategori Hasil Kecemasan Kompetitif	30
Tabel 6	Deskripsi Karakteristik Variabel Penelitian.....	33
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia.....	34
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Karakteristik Tinggi Badan	35
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berat Badan	36
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Karakteristik IMT	37
Tabel 12	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Agility</i> (dalam sekon).....	38
Tabel 13	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Agility</i>	38
Tabel 14	Distribusi Frekuensi Karakteristik Kecemasan Kompetitif	39
Tabel 15	Karakteristik <i>Agility</i> Berdasarkan Usia.....	40
Tabel 16	Karakteristik <i>Agility</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	42
Tabel 17	Karakteristik <i>Agility</i> Berdasarkan Indeks Massa Tubuh.....	43
Tabel 18	Karakteristik <i>Agility</i> Berdasarkan Kecemasan Kompetitif	45

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	15
Skema 2	Kerangka Konsep	20
Skema 3	Desain Penelitian.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. *Shuttle run Agility Test*
- Lampiran 2 *Competitive State Anxiety Inventory-2R (CSAI-2R*
- Lampiran 3 Kuesioner dalam Google Form
- Lampiran 4 Persetujuan Sebelum Penelitian
- Lampiran 5 *Informed Consent*
- Lampiran 6. Dokumentasi
- Lampiran 7. Hasil Pengumpulan Data
- Lampiran 8. *Ethical Clearance*
- Lampiran 9. Lembar Monitoring
- Lampiran 10 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 11 Hasil Uji Turnitin