

PROFIL KONDISI FISIK ATLET PUTRI BOLAVOLI SIDOARJO  
JAYA USIA 13-15 TAHUN

SKRIPSI



Yosua Omega Dono  
NIM : 145900097

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEGURUAN DAN PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADIBUANA SURABYA

2018

---

PROFIL KONDISI FISIK ATLET PUTRI BOLAVOLI SIDOARJO  
JAYA USIA 13-15 TAHUN

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian  
persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana  
pada program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Yosua Omega Dono

NIM : 145900097

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEGURUAN DAN PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADIBUANA SURABYA

2018

---

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Yosua Omega Dono

NIM 145900097

Judul Skripsi : Profil Konsisi Fisik Atlet Putri Bola Voli Sidoarjo Jaya Usia  
13-15 Tahun

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

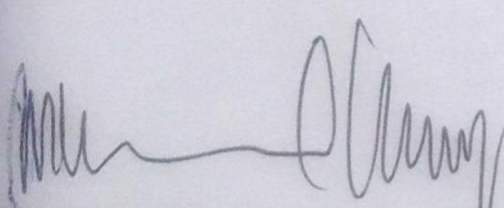
Surabaya, 17 Januari 2018

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Dosen Pembimbing,

Pendidikan kepelatihan Olahraga,



Dr. Muhammad Muhyi Farug, S.pd., M.pd., Dr. Uliang Rohman, M.Kes.



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus : Jl. NgagelDadi III-B/37 Telp. (031)5053127, 5041097 Fax. (031)5662804 Surabaya 60234  
Kampus II, Jl. DukuhMenanggal XII Telp. (031)8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

<http://kip.unipasby.ac.id/>

**PENGESAHAN**

Nama Mahasiswa : Yosua Omega Dono  
NIM : 145900097  
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Judul Skripsi : Profil Kondisi Fisik Atlet Putri Sidoarjo Jaya Usia 13-15 Tahun.

Skripsi ini telah diuji dan disetujui oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjan Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya:

Pada Hari : Rabu  
Tanggal : 24 Januari  
Tahun : 2018

**Panitia Ujian Skripsi:**

1. Ketua



Dr. Endang Mastuti Rahayu, M.Pd.

2. Sekretaris

Dr. Harwanto, ST., M.Pd.

3. Anggota

Dr. Harwanto, ST., M.Pd.

4. Anggota

Dr. Ujang Rohman, M.Kes.

Lampiran 2



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus I : Jl. NgagelDadi III-B/37 Telp. (031)5053127, 5041097 Fax. (031)5662804 Surabaya 60234  
Kampus II: Jl. DukuhMenanggal XII Telp. (031)8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

<http://fkip.unipasby.ac.id/>

**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Yosua Omega Dono  
NIM : 145900097  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Judul Skripsi : Profil Kondisi Fisik Atlet Putri Sidoarjo Jaya Usia 13-15 Tahun.

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	05-08-2017	Penyusunan Proposal Dan Judul	
2	28-08-2017	Bimbingan BAB I, II, III	
3	05-09-2017	Seminar Proposal	
4	15-09-2017	Revisi BAB I, II, III	
5	22-10-2018	Pengambilan Data	
6	26-12-2018	Bimbingan BAB IV, V	
7	06-01-2018	Revisi BAB IV, V	
8	17-01-2018	Mengumpulkan BAB I, II, III, IV, V	

Selesai bimbingan skripsi tanggal 18- Januari -2018

Mengetahui  
Dekan FKIP,

Dosen Pembimbing,

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa dan karunia yang melimpah kepada kami, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Profil Kondisi Fisik Atlet Putri Sidoarjo Jaya Usia 13-15 Tahun”

Terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang telah mendorong dan membimbing penulis, baik tenaga, ide-ide, maupun pemikiran. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Drs.H. Djoko Adi Waluyo, ST., MM., DBA, Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di FKIP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Dr. Suhari, S.H., M.Si, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan surat penelitian.
3. Dr. Muhammad Muhyi Faruq, S.Pd., M.Pd, Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga.
4. Dr. Ujang Rohman, M.Kes, Selaku dosen pembimbing skripsi terima kasih atas segala bimbinganya dan segala kemudahan yang diberikan.

5. Bapak dan ibu dosen Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga atas ilmu dan pengetahuan dan keterampilan yang telah diberikan.
6. Kedua orang tua dan kakak yang sudah memberikan doa, semangat, dan motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, saya ucapkan terima kasih atas segala bantuannya sehingga terselesaikannya skripsi ini.

Disadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari sempurna. Baik penyusunan maupun penyajian disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki. Segala bentuk masukan yang membangun sangat diharapkan baik dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca yang budiman.

Surabaya, 17 Januari 2018

Yosua Omega Dono

## HALAMAN MOTO

“Jadilah Diri Sendiri dan Jangan Menjadi Orang Lain, Walaupun Dian Terlihat Lebih Baik  
Dari Kita”

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Kdeua orang tua saya, bapak Drs. Sukodono dan ibu Triastuti yang selau memberi dukungan
2. Buat teman-teman seperjuangan PKO kelas E angkatan 2014, terima kasih atas waktu yang sangat berkesan selama ini



## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yosua Omega Dono  
NIM : 145900097  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan ini sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan hasil pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia membatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Univeritas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 17 Januari 2018

Yang membuat pernyataan



Yosua Omega Dono

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Pernyataan Keaslian.....	iv
Abstrak.....	v
Abstract.....	vi
Persembahan/Moto.....	vii
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi.....	ix

## BAB I PENDAHULUAN

A Latar Belakang.....	1
B Rumusan Masalah.....	4
C Tujuan Penelitian.....	4
D Tujuan Umum.....	5
E Manfaat Penelitian.....	5

## BAB II KAJIAN PUSTAKA

A Dasar Teori.....	6
B Hipotesis.....	21

## BAB III METODE PENELITIAN

A Variabel Penelitian .....	24
B Populasi dan Sampel Penelitian .....	24
C Instrumen penelitian .....	25
D Teknik Pengumpulan Data .....	36
E Teknik Analisis Data .....	37
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A Hasil Penelitian.....	40
B Pembahasan.....	45
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A Simpulan.....	47
B Saran .....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	50