

## ABSTRAK

Prabowo, Dwi. 2020. *Pengaruh Latihan footwork terhadap kelincahan dalam permainan bulu tangkis di SMA Muhammadiyah 4 Surabaya*. Skripsi. Program Study Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Dosen Pembimbing: Dr. Luqmanul Hakim, S.Or. M.Pd

Kata kunci: pengaruh latihan *footwork*, keterampilan kelincahan permainan bulu tangkis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Footwork* terhadap kelincahan permainan bulu tangkis. Subyeknya adalah siswa di SMA Muhammadiyah 4 Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *pretest posttest one grub*. Populasi ini melibatkan 10 siswa aktif di SMA Muhammadiyah 4 Surabaya sebagai sampel penelitian yang diambil secara *random sampling*.

Dalam penelitian ini jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu. Penelitian eksperimen semu adalah penelitian eksperimen yang dilakukan dengan tidak adanya kelompok. Dengan memilih dan menerapkan metode penelitian ini sangatlah menentukan hasil penelitian yang dilakukan sudah jelas bahwa dalam penelitian ini untuk mencari data yang bersifat valid objektif dengan menggunakan cara tertentu yang mempunyai harapan agar data yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan.

Hasil penelitian pada data *pretest* dan *posttest agility* dalam permainan bulu tangkis di SMA Muhammadiyah 4 Surabaya adalah sebagai berikut. menunjukkan bahwa setelah diberikan latihan *footwork*, rata-rata waktu yang diperlukan siswa dalam tes kelincahan adalah 12,119 detik dimana waktu ini 1,201 detik lebih cepat jika dibandingkan dengan sebelum diberikan latihan *footwork* yaitu 13,32 detik.

## ABSTRACT

Prabowo, Dwi. 2020. The effect of footwork training on agility in badminton games at SMA Muhammadiyah 4 Surabaya. Thesis. Physical Education Study Program. Teacher Training and Education Faculty, PGRI Adi Buana University, Surabaya. Supervisor: Dr. Luqmanul Hakim, S.Or. M.Pd

Keywords: the effect of footwork training, the skill of playing badminton.

This study aims to determine the effect of footwork training on the agility of badminton games. The subjects were students at SMA Muhammadiyah 4 Surabaya. This research is a quantitative study with a pretest posttest one grub design. This population involved 10 active students in SMA Muhammadiyah 4 Surabaya as a research sample taken by random sampling.

In this study the type of research used is quasi experimental research. Quasi-experimental research is experimental research conducted in the absence of groups. By choosing and applying this research method, it is very important to determine the results of the research conducted in this study to find valid objective data by using certain methods that have the expectation that the data obtained can be justified.

The results of the study on the pretest and posttest agility data in badminton games at SMA Muhammadiyah 4 Surabaya are as follows. shows that after being given footwork exercises, the average time required by students in the agility test is 12.119 seconds where the time is 1.201 seconds faster than compared to before given footwork training which is 13.32 seconds.