

**HUBUNGAN *AGILITY* DENGAN AKURASI TENDANGAN
PADA PEMAIN FUTSAL**

SKRIPSI

Oleh:
FARHAN ARSYAD RIZQULLAH
2164040011



**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2025**

HUBUNGAN *AGILITY* DENGAN AKURASI TENDANGAN PADA PEMAIN FUTSAL

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Terapan (S.Tr.Kes) Pada Program Studi Fisioterapi Universitas Kristen Indonesia



Oleh:
FARHAN ARSYAD RIZQULLAH
2164040011

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2025**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di Bawah ini:

Nama Mahasiswa : Farhan Arsyad Rizqullah

Nim : 2164040011

Prodi : Fisioterapi

Fakultas : Vokasi

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul "Hubungan *Agility* Dengan Akurasi Tendangan Pada Pemain Futsal" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Jakarta, 11 Agustus 2025



Farhan Arsyad Rizqullah

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah diajukan, dipertahankan dan direvisi di hadapan panitia sidang ujian sebagaimana selayaknya dan penulis telah memenuhi persyaratan yang dibutuhkan untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Fisioterapi (S.Tr.Kes).

Disetujui pada tanggal :

11 Agustus 2025

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,


Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis

NIP/UKI : 972438


Lucky Anggiat, S.Tr.Ft., M. Physio

NIP UKI : 151187

Ketua Program Studi Fisioterapi

Dekan Fakultas Vokasi


Lucky Anggiat, S.Tr.Ft., M. Physio

NIP UKI : 151187


Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis

NIP UKI : 972438

PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Pada Kamis, 26 Juni 2025 telah diselenggarakan Sidang Skripsi untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Terapan pada Program Studi Fisioterapi, Fakultas Vokasi, Universitas Kristen Indonesia, atas nama: Farhan Arsyad Rizqullah (2164040011)

Bahwa Skripsi ini telah dipertahankan di depan tim penguji yang terdiri dari:

No.	Nama Penguji	Jabatan Penguji	Tanda Tangan
1.	Beriman Rahmansyah, SSt. Ft., M.Pd	Ketua Penguji	
2.	Novlinda S. A. Manurung, S.Ft, Sst.Ft, M.M	Anggota Penguji 1	
3.	Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis	Anggota Penguji 2	

HALAMAN REVISI

Telah Direvisi Pada Tanggal 17 Juli 2025

Dan Telah Diajukan Kembali Tanggal 25 Juli 2025

Penguji

Nama Penguji

Tanda
Tangan

Ketua Penguji : Beriman Rahmansyah, SSt. Ft., M.Pd



Anggota Penguji 1 : Novlinda S. A. Manurung, S.Ft, Sst.Ft, M.M



Anggota Penguji 2 : Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis.





UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Farhan Arsyad Rizqullah
NIM : 2164040011
Fakultas : Vokasi
Program Studi : Fisioterapi
Jenis Tugas Akhir : Skripsi
Judul : Hubungan *agility* dengan akurasi tendangan pada pemain Futsal.

Menyatakan bahwa :

1. Skripsi tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Skripsi tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Non-eksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.
4. Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundangan-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Dibuat di Jakarta,

11 Agustus 2025



Farhan Arsyad Rizqullah

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa karena atas rahmat, hidayah dan karunianya, saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Adapun skripsi ini saya berjudul “Hubungan *Agility* Dengan Akurasi Tendangan Pada Pemain Futsal”

Selama penyusunan Skripsi dari pemilihan judul, pembimbingan dan sidang Skripsi ini banyak perhatian, dukungan, dan bantuan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikannya. Untuk itu, pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis sebagai Dekan Fakultas Vokasi.
2. Bapak Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio (Res) sebagai Ketua Program Studi Fisioterapi.
3. Bapak Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis selaku dosen pembimbing utama yang sudah memberi ilmu-ilmu untuk arahnya bagi penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Bapak Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio (Res) selaku dosen pembimbing kedua skripsi yang sudah memberi motivasi, bimbingan, arahan serta dorongan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Bapak Beriman Rahmansyah, SSt. Ft., M.Pd dan Ibu Novlinda Susy Anrianawati Manurung, S.Ft, Sst.Ft, M.M selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan pemahaman yang baru demi kesempurnaan penulisan dan penyusunan proposal hingga skripsi.
6. Seluruh dosen dan staf Prodi Fisioterapi yang tidak dapat disebutkan satu persatu karena telah membantu atas kelancaran pada penulis.
7. kepada Orang tua saya yang selalu menjadi motivasi, mendoakan dan memberikan dukungan baik secara moril maupun material.
8. Teman-teman saya yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih atas motivasi, ilmu, dan pengalamannya untuk penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

9. Semua pihak yang telah membantu terselesaikannya Skripsi. Saya menyadari bahwa dalam pembuatan Skripsi ini masih adanya kekurangan, oleh karena itu kami mengharapkan saran membangun untuk penyempurnaan Skripsi ini dan semoga dapat bermanfaat.

Jakarta, 11 Agustus 2025



HALAMAN MOTTO

"مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ"

Artinya: "Tuhanmu tidak meninggalkanmu dan tidak membencimu"

(Qs. Ad-dhuha 3)

"طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَىٰ كُلِّ مُسْلِمٍ"

Artinya: "Mencari ilmu wajib bagi seorang muslim"

(HR. Ibnu Majah)

"Tidak ada yang bodoh di dunia ini kecuali orang yang tidak mau membaca."

(Orang tua saya)

"Bacalah sebanyak banyaknya maka teori akan didapatkan."

(Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis sebagai dosen pembimbing utama)

"Skripsi yang bagus adalah skripsi yang selesai."

(Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio (Res) sebagai dosen pembimbing kedua)

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA SKRIPSI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	iv
HALAMAN REVISI	v
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN MOTTO	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
A. Telaah Pustaka	8
1. Olahraga Futsal.....	8
2. Kelincahan Gerak (<i>agility</i>)	12
3. Akurasi Tendangan.....	22
B. Kerangka Teori.....	31
C. Kerangka Konsep	32
D. Hipotesis.....	34

BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	35
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel.....	35
D. Variabel Penelitian.....	36
E. Definisi Konseptual dan Operasional.....	36
1. Definisi Konseptual.....	36
2. Definisi Operasional.....	37
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	41
G. Analisis Data.....	42
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil	44
B. Pembahasan.....	47
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Simpulan.....	51
B. Saran.....	51
 DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Table 2. 1 Indikator Skor <i>Hexagon Obstacle Test</i>	16
Table 2. 2 Indikator Skor <i>Illinois Agility Run Test</i>	19
Table 2. 3 Indikator Skor <i>T-Drill Test</i>	20
Table 2. 4 Indikator Tes <i>Shooting Bobby Charlton</i>	25
Tabel 3. 1 Indikator <i>T-Drill Test</i>	39
Tabel 3. 2 Indikator Tes <i>Shooting Bobby Charlton</i>	41
Tabel 4. 1 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia, Jumlah Latihan Perminggu, dan Cedera	44
Tabel 4. 2 Uji Normalitas <i>T-Drill Test</i> dan <i>Shooting Bobby Charlton</i>	46
Tabel 4. 3 Uji Hubungan Kelincahan dan Akurasi Tendangan	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Ukuran Lapangan	9
Gambar 2. 2 Garis <i>Hexagon Obstacle Test</i>	15
Gambar 2. 3 Arah Gerakan <i>Zig-Zag Test</i>	17
Gambar 2. 4 Garis Gerakan <i>Illinois Agility Run Test</i>	18
Gambar 2. 5 Penanda Cone Pada <i>T-Drill Test</i>	19
Gambar 2. 6 Penanda Tes <i>Shooting Bobby Charlton</i>	24
Gambar 2. 7 Penanda Untuk Tes Kinovea	26
Gambar 2. 8 Gerakan Biomekanik Saat Menendang.	28
Gambar 2. 9 Kerangka Konsep	33
Gambar 3. 1 Penanda Cone Pada <i>T-Drill Test</i>	38
Gambar 3. 2 Penanda Tes <i>Shooting Bobby Charlton</i>	40



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsul atau Bimbingan.....	59
Lampiran 2 Poin SPKM.....	62
Lampiran 3 Nilai Turnitin	63
Lampiran 4 Sesi Foto Pengambilan Data dan Foto Bersama.....	64
Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup.....	66
Lampiran 6 Pembagian Waktu Pelaksanaan	67
Lampiran 7 Hasil Data Instrumen	70



ABSTRAK

Nama : Farhan Arsyad Rizqullah

Program Studi : D-IV Fisioterapi

Judul : Hubungan *agility* dengan akurasi tendangan pada pemain futsal

Pembimbing : 1. Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis

2. Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio

Latar Belakang: Futsal adalah olahraga yang memerlukan kombinasi keterampilan teknik dan kondisi fisik yang baik. Kelincahan (*agility*) berperan penting dalam meningkatkan performa pemain, terutama dalam akurasi tendangan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi hubungan antara *agility* dan akurasi tendangan pada pemain futsal, serta memberikan wawasan bagi pelatih dan pemain dalam merancang program latihan yang efektif. **Metode:** Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, penelitian ini melibatkan 28 pemain futsal Jisedai FC berusia 16 hingga 18 tahun. Data dikumpulkan melalui *T-Drill Test* untuk kelincahan dan *Shooting Bobby Charlton* untuk akurasi tendangan. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Spearman's Rho. **Hasil:** Hasil menunjukkan hubungan positif signifikan antara kelincahan dan akurasi tendangan, dengan koefisien korelasi 0,464 dan p-value 0,013. Ini menunjukkan bahwa peningkatan kelincahan berkontribusi pada peningkatan akurasi tendangan. **Kesimpulan:** Kelincahan memiliki pengaruh signifikan terhadap akurasi tendangan pada pemain futsal. Oleh karena itu, program latihan yang fokus pada peningkatan kelincahan sangat dianjurkan untuk meningkatkan performa pemain.

Kata Kunci: Kelincahan, Akurasi Tendangan, Futsal, *T-Drill Test*, *Shooting Bobby Charlton*.

ABSTRACT

Name : Farhan Arsyad Rizqullah

Study Program: D-IV Physiotherapy

Title : *The relationship between agility and kicking accuracy in futsal players*

Supervisor : 1. Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SSt.Ft., S.K.M., M.Fis

2. Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio

Background: Futsal is a sport that requires a combination of technical skills and good physical condition. Agility plays a crucial role in enhancing player performance, particularly in shot accuracy. **Objective:** This study aims to investigate the relationship between agility and shot accuracy in futsal players, as well as to provide insights for coaches and players in designing effective training programs. **Methods:** Utilizing a quantitative approach with a correlational design, this research involved 28 players from Jisedai FC aged 16 to 18 years. Data were collected through the T-Drill Test for agility and the Shooting Bobby Charlton test for shot accuracy. Data analysis was conducted using Spearman's Rho correlation test. **Results:** The results indicate a significant positive relationship between agility and shot accuracy, with a correlation coefficient of 0.464 and a p-value of 0.013. This suggests that improvements in agility contribute to enhanced shot accuracy. **Conclusion:** Agility has a significant impact on shot accuracy in futsal players. Therefore, training programs focused on improving agility are highly recommended to enhance player performance. **Keywords:** Agility, Shot Accuracy, Futsal, T-Drill Test, Shooting Bobby Charlton.