

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur mari kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, dan rahmat-nya yang senantiasa dilimpahkan kepada kita semua. Sholawat dan salam semoga tercurah limpahkan pada Nabi Muhammad SAW yang telah menyampaikan risalah dan syariat islam kepada seluruh alam semesta ini. Atas rahmat Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Ladder Drill* Terhadap Kelincahan (Eksperimen pada Atlet Bulu tangkis usia anak 11-12 tahun PB. Jaya Adinata Kabupaten Ciamis Tahun 2022)” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan (S-1) Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi Tasikmalaya. Selama proses penyusunan Skripsi ini, penulis tidak lepas dari berbagai kendala dan hambatan yang dapat melemahkan semangat, namun atas dorongan, bimbingan, dan arahan dari para dosen pembimbing segala hambatan tersebut dapat penulis atasi.

Meskipun telah berusaha menyelesaikan Skripsi ini sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih ada kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan ada kritik dan saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan dalam penyusunan Skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga Skripsi ini, berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Tasikmalaya, 3 Juli 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO HIDUP	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.5 Kegunaan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB 2 LANDASAN TEORETIS	Error! Bookmark not defined.
2.1 Kajian Pustaka.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
2.3 Kerangka Konseptual	Error! Bookmark not defined.
2.4 Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3 Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.5 Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.6 Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.7 Teknik Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.

3.8 Langkah-langkah Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Hasil Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
4.2 Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
5.1 Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Lapangan Bulu tangkis.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.2. <i>Shuttlecock</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.3. Raket Bulu tangkis	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.4. Prinsip <i>Over Load</i> Dengan Sistem Tangga	Error! Bookmark not defined.
defined.	
Gambar 2.5. <i>In Out/Jumping Jack</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.6. Gerakan <i>Icky Shuffle</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.7. Gerakan <i>sideways</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.8. Gerakan <i>In in out out</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.9. Gerakan <i>Lateral jump lunge</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.10. Gerakan <i>Double side jump</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.11. Gerakan <i>Snake Jump</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3.12. Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3.13. <i>20 Yard Shuttle Run Test</i>	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.2 Hasil Penghitungan Skor Rata-rata (mean), Standar Deviasi, dan Varians dari Tiap-tiap Tes	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.3 Hasil Penghitungan Normalitas Data dari Setiap Tes.	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.5 Hasil Pengujian Hipotesis	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Program Latihan Ladder Drill PB. Jaya Adinata... **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 2. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir (20 Yard Shuttle Run Test)
..... **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 3. Penghitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes
Awal 20 Yard Shuttle Run Test **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 4. Penghitungan Skor Rata-Rata, Simpangan Baku, Dan Varians Tes
Akhir 20 Yard Shuttle Run Test **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 5. Uji Homogenitas Data dan Hipotesis **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 6. Tabel Distribusi Normal **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 7. Tabel Distribusi Chi-Kuadrat (X²)... **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 8. Tabel Distribusi F **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 9. Tabel Distribusi t **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 10. SK Bimbingan Surat Pernyataan Melaksanakan Penelitian... **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 11. Surat Izin Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 12. Surat Balasan Melaksanakan Penelitian **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 13. Dokumentasi Sampel..... **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 14. Riwayat Hidup Penulis **Error! Bookmark not defined.**