

**HASIL TES KONDISI FISIK OLAHRAGA
FUTSAL PADA USIA 18-40 TAHUN
BERBASIS APLIKASI ANDROID**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

**BAGAS BINTANG PRAKOSO
1601619060**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

HASIL TES KONDISI FISIK OLAHRAGA FUTSAL PADA USIA 18-40 TAHUN BERBASIS APLIKASI ANDROID

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk membuat sebuah hasil tes kondisi fisik berbasis aplikasi android yang dapat digunakan pada cabang olahraga futsal, peneliti membuat aplikasi ini untuk mengetahui tingkatan kondisi fisik seorang pemain dan memudahkan pelatih dalam pendataan. Metode yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (*research and development*) dengan model pengembangan ADDIE. Dalam penelitian ini ada lima tahapan yaitu analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Hasil tes yang dapat dilihat didalam aplikasi ini terdiri dari 10 instrumen tes yang meliputi dari 7 komponen kondisi fisik. Hasil dari pengembangan ini menghasilkan sebuah produk dalam bentuk aplikasi berbasis android yang telah dilakukan uji validasi atau uji kelayakan kepada ahli ilmu teknologi, pelatih fisik futsal, dan dosen ahli futsal. Dari uji coba yang melibatkan 18 responden pelatih futsal, didapatkan hasil persentase 96,67% untuk kelayakan yang dinyatakan sangat baik, serta persentase 94,44% untuk kemenarikan yang juga dinyatakan sangat baik. Berdasarkan hasil ini, aplikasi android yang telah dibuat dianggap "layak" untuk digunakan oleh para pelatih guna mempermudah mengetahui hasil tes fisik para pemainnya.

Kata Kunci: Tes, Kondisi Fisik, Futsal, Aplikasi, Android



**PHYSICAL CONDITION TEST RESULTS IN FUTSAL SPORTS
AGES 18-40 YEARS BASED ON ANDROID APPLICATION**

ABSTRACT

This research aims to create a physical condition test result application based on Android for use in the futsal sports branch. The researcher developed this application to assess a player's physical condition level and facilitate coaches in data collection. The method used in this research is the research and development method with the ADDIE development model. The research consists of five stages: analysis, design, development, implementation, and evaluation. The test results visible in this application consist of 10 test instruments covering 7 components of physical condition. The development results in an Android-based application that has undergone validation or feasibility testing by technology experts, futsal coaches, and futsal expert lecturers. From the trial involving 18 futsal coach respondents, the results showed a 96.67% feasibility rating, indicating excellent suitability, and a 94.44% attractiveness rating, also denoted as very good. Based on these results, the Android application that has been developed is considered 'feasible' for use by coaches to facilitate the assessment of physical test results for their players.






Keywords: *Test, Physical Condition, Futsal, Application, Android*



LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I Andri Irawan, M.Pd NIP. 198009092006041001		14/1/2024

Pembimbing II Eko Prabowo, M.Pd NIP. 198604172020121012		14/1/2024
---	--	-----------

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Prof. Dr. Yusmawati, M.Pd NIP. 196003201982032002	Ketua		23/1/2024
2. Slamet Sukriadi, M.Pd NIP. 198210282015041002	Sekretaris		23/1/2024
3. Andri Irawan, M.Pd NIP. 198009092006041001	Anggota		14/1/2024
4. Eko Prabowo, M.Pd NIP. 198604172020121012	Anggota		14/1/2024
5. Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd NIP. 197510092005011002	Anggota		14/1/2024

Tanggal Lulus : 9 Januari 2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 9 Januari 2024

Yang membuat pernyataan,



(Bagas Bintang Prakoso)

No. Reg. 1601619060



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Bagas Bintang Prakoso
NIM : 1601619060
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Alamat Email : bagasbp20@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

HASIL TES KONDISI FISIK OLAHRAGA FUTSAL PADA USIA 18-40 TAHUN BERBASIS
APLIKASI ANDROID

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 25 Januari 2024
Penulis

(Bagas Bintang Prakoso)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Subhanahu wa Taala dan berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Disertasi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari semua pihak, akan sulit bagi saya untuk menyelesaikan penyusunan skripsi. Pada akhirnya, saya menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hasil Tes Kondisi Fisik Olahraga Futsal Pada Usia 18-40 Tahun Berbasis Aplikasi Android**". Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak **Dr. Hernawan, S.E., M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani.
3. Bapak **Andri Irawan, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing 1 saya yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya menyelesaikan skripsi.
4. Bapak **Eko Prabowo, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing 2 saya yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya menyelesaikan skripsi.
5. Bapak **Slamet Sukriadi, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing Akademik saya yang telah membimbing saya selama perkuliahan sampai saya menyelesaikan skripsi.
6. Mama Tuty, Papa Riyanto, Mba Nanda dan Mas Rio yang sudah selalu mendukung dan beri semangat kepada saya supaya bisa menjalankan dan menyelesaikan perkuliahan saya dengan baik.

7. Dosen dan Pembina KOP Sepakbola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta, dan teman-teman di Futsal UNJ dari 2019-2023.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas kebaikan baik di dunia maupun diakhirat. Saya menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Namun saya berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembang ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 9 Januari 2024

BBP



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Perumusan Masalah	6
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	7
A. Konsep Pengembangan Model.....	7
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	11
C. Kerangka Teoritik	12
1. Hakikat Tes	12
2. Hakikat Kondisi Fisik	14
3. Hakikat Futsal	32
4. Hakikat Aplikasi	35
5. Hakikat Android.....	37
D. Rancangan Model	39
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	41
A. Tujuan Penelitian	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	41
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	42
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	44
1. Penelitian Pendahuluan.....	44
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	44

3. Validasi, Evaluasi dan Revisi Model	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil Pengembangan Model	48
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	51
2. Model Final.....	52
B. Kelayakan Model.....	52
C. Efektivitas Model.....	56
D. Pembahasan.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN-LAMPIRAN	73
RIWAYAT HIDUP.....	92

