

**ANALISIS GERAK SPRINT OLAH RAGA PUSH BIKE
MADIUN RAYA**

**(Studi Kasus : Pada *Rider* Usia 4 - 6 Tahun, Pada Klub *Push Bike*
Madiun Raya)**

SKRIPSI



Oleh:

YOURISEA HEADLIN PERTIWI

NPM. 2204102011

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAH RAGAAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS
UNIVERSITAS PGRI MADIUN**

Agustus 2026

ANALISIS GERAK SPRINT OLAHRAGA PUSH BIKE

MADIUN RAYA

**(Studi Kasus : Pada *Rider* Usia 4 - 6 Tahun, Pada Klub *Push Bike*
Madiun Raya)**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas PGRI Madiun untuk Memenuhi Salah
Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Sarjana Strata 1 Ilmu
Keolahragaan

Oleh :

YOURISEA HEADLIN PERTIWI

NPM. 2204102011

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS

UNIVERSITAS PGRI MADIUN

Agustus 2026

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi oleh Yourisea Headlin Pertiwi telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Madiun, 17 Juli 2026
Pembimbing I,



Drs. Lukas Susanto, M.Kes.
NIDN. 0008026201

Pembimbing II,

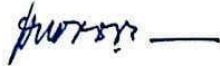


Dr. Pratama Dharmika Nugraha, S.Si., M.Or.
NIDN. 0701019101

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

Skripsi oleh Yourisea Headlin Pertiwi telah dipertahankan di depan Dosen penguji pada hari Selasa, 28 Juli 2026.

Tim Penguji



Drs. Lukas Susanto, M.Kes
NIDN. 0008026201

Ketua



Titin Kuntum Mandalawati, S.Pd., M.Or
NIDN. 071912803

Sekretaris



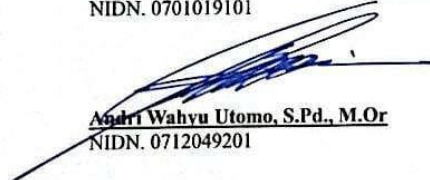
Drs. Lukas Susanto, M.Kes
NIDN. 0008026201

Anggota



Dr. Pratama Dharmika Nugraha, S.Si., M.Or
NIDN. 0701019101

Anggota



Anshri Wahyu Utomo, S.Pd., M.Or
NIDN. 0712049201

Anggota

Mengesahkan:
Dekan FIKS



apt/Widya Sidha B., S.Farm., M.Farm
NIDN. 2024118801

Mengesahkan:
Kaprosdi Ilmu Keolahragaan



Dr. Ardyansyah Arief B.U., S.Pd., M.Pd
NIDN. 00722058805

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yourisea Headlin Pertiwi

NIM : 2204102011

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Fakultas : Ilmu Kesehatan dan Sains

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul “Analisis Gerak *Sprint* Olahraga *Push Bike* Madiun Raya (Studi Kasus : Pada *Rider* Usia 4 - 6 Tahun, Pada Klub *Push Bike* Madiun Raya)” ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Madiun, 17 Juli 2026


MATERAI TEMPEL
6EAOX150758462
Yourisea Headlin Pertiwi
NPM. 2204102011

MOTTO :

“Manusia dapat dihancurkan, manusia dapat dimatikan, tetapi manusia tidak dapat dikalahkan selama manusia masih setia pada hatinya sendiri”.

"Perjuangan hari ini adalah awal dari keberhasilan untuk membangun masa depan."

"Berani karena benar, takut karena salah."

SKRIPSI INI KUPERSEMBAHKAN KEPADA :

Skripsi ini saya persembahkan dengan penuh rasa hormat dan cinta kepada kedua orang tua tercinta, yang dengan tulus mendoakan, membimbing, dan mengorbankan segalanya demi keberhasilan saya. Kepada keluarga besar, dosen pembimbing, serta teman tercinta yang telah menemani perjalanan ini dengan tawa, sedih, stress dan perjuangan bersama, terima kasih atas kebersamaan, semangat, dan persahabatan yang begitu berarti penting dari cerita perjuangan ini serta pihak yang telah hadir dengan kasih, semangat, dan dukungan di setiap langkah perjuangan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kami penjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena dengan Rahmat, karunia, serta taufik dan Hidayat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi saya yang Analisis Gerak *Sprint* Olahraga *Push Bike* Madiun Raya (Studi Kasus : Pada *Rider* Usia 4 - 6 Tahun, Pada Klub *Push Bike* Madiun Raya)” dengan tepat waktu.

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas PGRI Madiun. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dan petunjuk dari-Nya dengan disertai kerja keras peneliti serta bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, perkenankan penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya, terutama kepada yang terhormat :

1. Dr. Supri Wahyudi Utomo M.Pd. selaku Rektor Universitas PGRI Madiun.
2. Apt. Weka Sidha Bhagawan, S.Farm., M.Farm. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas PGRI Madiun yang telah memotivasi kami dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Dr. Ardyansyah Arief Budi Utomo, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas PGRI Madiun yang telah membimbing, mendukung, memberi nasehat dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Lukas Susanto, M.Kes. selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing, mendukung, memberi nasehat, dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dr. Pratama Dharmika Nugraha, S.Si., M.Or. selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing, mendukung, memberi nasehat, dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Pengurus Klub *Push Bike* Madiun Raya yang telah mengizinkan dan memberikan waktu dalam melakukan penelitian ini.

7. *Rider Push Bike* Madiun Raya yang telah bersedia menjadi sampel dan responden memberikan kesempatan melakukan analisis dan Kerjasama dalam proses penelitian ini.
8. Orang tua yang selalu meberikan do'a dan semangat kasih sayang.
9. Ucapan terima kasih yang tulus kepada teman seangkatan IKOR 2022 yang telah menjadi teman seperjuangan selama menenmpuh Pendidikan ini. Terima kasih atas semangat kebersamaan, kerja sama, saling bantu, dan candaan yang membuat perjalanan ini terasa lebih ringan dan bermakna.
10. Ucapan terima kasih kepada teman keseharian saya yang selalu ada dalam setiap langkah tawa, tangis, sedih, setres hingga tuntasnya skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dikarenakan keterbatasan dan kemampuan penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat berguna bagi semua pihak yang membacanya.

Madiun, 17 Juli 2026



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN PANITIA PENGUJI	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO DAN KATA PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Definisi Istilah.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Kajian Teori.....	12
B. Kajian Penelitian yang Relevan	25
C. Kerangka Berfikir.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
C. Sumber Data.....	30
D. Instrumen Penelitian.....	31
E. Teknik Pengumpulan Data	32
F. Teknik Analisis Data	34

G. Prosedur Penelitian.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
A. Paparan Data	38
B. Validasi Data	45
C. Analisis Data	47
BAB V PEMBAHASAN	56
A. Pembahasan Hasil Penelitian	56
B. Simpulan Hasil Pembahasan	71
BAB VI PENUTUP	74
A. Simpulan	74
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN - LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Identitas Subjek Penelitian	33
Tabel 3.2 Pengukuran Waktu dan Kecepatan <i>Sprint</i>	33
Tabel 3.3 Pengukuran Frekuensi Langkah	34
Tabel 3.4 Pengukuran Sudut Sendi.....	34
Tabel 4.1 Data Hasil Subjek Penelitian	40
Tabel 4.2 Data Hasil Pengukuran Waktu <i>Sprint</i> dan Kecepatan <i>Sprint</i>	42
Tabel 4.3 Data Hasil Pengukuran Frekuensi Langkah	44
Tabel 4.4 Data Hasil Kondisi Fisik dan Pola Gerak <i>Sprint Rider</i>	46
Tabel 4.5 Data Hasil Pengukuran Sudut Sendi Lutut/ <i>Genus</i>	48
Tabel 4.6 Data Hasil Pengukuran Sudut Sendi Pinggul / <i>Coxae</i>	51
Tabel 4.7 Data Hasil Pengukuran Sendi <i>Ankle</i>	54
Tabel 5.1 Deskripsi Sudut Lutut	51
Tabel 5.2 Deskripsi Sudut Pinggul	51
Tabel 5.3 Deskripsi Sudut <i>Ankle</i> /Pergelangan Kaki	51
Tabel 5.4 Sudut Ideal <i>Sprint</i>	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Posisi Kaki Saat Naik	20
Gambar 2.2. <i>Pushbike</i>	23
Gambar 2.3. Kerangka Berfikir	28
Gambar 3.1. Pengambilan Sampel	32
Gambar 4.1. Sendi <i>Genus</i> /Lutut Alziko.....	48
Gambar 4.2. Sendi <i>Genus</i> /Lutut Mikayla.....	48
Gambar 4.3. Sendi <i>Coxae</i> /Pinggul Qaddafa F.S	51
Gambar 4.4. Sendi <i>Coxae</i> /Pinggul Alesha S.Q	51
Gambar 4.5. Sendi <i>Ankle</i> Alesha S.Q	51
Gambar 4.6. Sendi <i>Ankle</i> Alziko	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	81
Lampiran 2. Surat Balasan Penelititan	82
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian	83
Lampiran 4. Validasi Daftar Pustaka.....	86
Lampiran 5. Hasil Cek Similarity/Turnitin	91
Lampiran 6. Bimbangan Skripsi.....	97
Lampiran 7. Riwayat Hidup	99