



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *PUKULAN LOB* BERPOLA
DAN *DRILLING SHUTTLECOCK* TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN
LOB DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET
PB. EXOTIC BOYOLALI TAHUN 2022**

SKRIPSI

OLEH:

FARIDA NUR HIDAYATI

D0217048

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN**

SURAKARTA

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Pukulan Lob* Berpola Dan *Drilling Shuttlecock* Terhadap Kemampuan Pukulan *Lob* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Pb. Exotic Boyolali Tahun 2022”, karya:

Nama : Farida Nur Hidayati

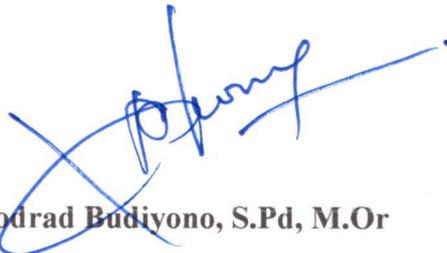
NIM : D0217048

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Disetujui:

Pembimbing 1



Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or
NIDN: 0619068401

Pembimbing 2



Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or
NIDN: 0617078202

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Pukulan Lob* Berpola Dan *Drilling Shuttlecock* Terhadap Kemampuan *Pukulan Lob* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Pb. Exotic Boyolali Tahun 2022”, karya:

Nama : Farida Nur Hidayati

NIM : D0217048

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Selasa

Tanggal : 24 Januari 2023

Tim Penguji Skripsi:
(Farida Nur Hidayati)

Tanda Tangan

Ketua : Bagus Kuncoro, S.Pd,M.Or

Sekretaris : Fatkhul Imron, S.Pd,M.Or

Anggota I : Kodrad Budiyo, S.Pd,M.Or

Anggota II : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd,M.Or

.....
.....
.....
.....

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan




Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

ABSTRAK

Farida Nur Hidayati. **PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN PUKULAN *LOB* BERPOLA DAN *DRILLING SHUTTLECOCK* TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN *LOB* DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET PB. EXOTIC BOYOLALI TAHUN 2022.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Januari 2023.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan pengaruh metode latihan pukulan *lob* berpola dan *drilling shuttlecock* terhadap kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis Pada Atlet Pb. Exotic Boyolali Tahun 2022, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode latihan pukulan *lob* berpola dan *drilling shuttlecock* terhadap kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis Pada Atlet Pb. Exotic Boyolali Tahun 2022.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet Pb. Exotic Boyolali dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil kemampuan pukulan *lob* dengan latihan pukulan *lob* berpola dan *drilling shuttlecock* sebagai variabel bebas serta hasil kemampuan pukulan *lob* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan pukulan *lob* menggunakan tes kemampuan pukulan *lob* menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dari Nur Hasan (2001: 157). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara menggunakan metode pukulan *lob* berpola dan menggunakan metode *drilling shuttlecock* terhadap hasil Kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis Pada Atlet Pb. Exotic Boyolali Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 2.544$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Metode *drilling shuttlecock* lebih baik pengaruhnya dari pada metode *drilling shuttlecock* terhadap hasil kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis Pada Atlet Pb. Exotic Boyolali Tahun 2022. Berdasarkan persentase hasil kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan menggunakan metode pukulan *lob* berpola) adalah 5.882% < kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan menggunakan metode *drilling shuttlecock*) adalah 7.099%.

MOTTO

Sukses adalah guru yang buruk. Sukses menggoda orang yang tekun berpikir bahwa mereka tidak bisa gagal.” – (Bill Gates)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta
Kakak - kakak ku tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Teman – teman ku tergoxil
Resimen Mahasiswa Sat 929 Ganecha Patria
Almamaterku tercinta

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat diatasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet PB Exotic Boyolali Tahun 2022 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat imbalan dari Allah Yang Maha Kuasa. Disadari dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, Januari 2023

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI	7
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. Hakikat Permainan Bulutangkis.....	7
2. Hakikat Pukulan <i>Lob</i> Bulutangkis	14
3. Hakikat Latihan.....	17
4. Hakikat Latihan Pukulan <i>Lob</i> Berpola.....	24
5. Hakikat Latihan <i>Drilling Shuttlecock</i>	25
B. Penelitian Yang Relevan.....	30
C. Kerangka Berpikir.....	32

D. Pengajuan Hipotesis	33
BAB III. METODE PENELITIAN	35
A. Tempat dan Waktu Penelitian	35
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel	36
D. Pengumpulan Data	37
E. Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN	40
A. Deskripsi Data	40
B. Uji Reliabilitas	41
C. Pengujian Persyaratan Analisis	41
1. Uji Normalitas	41
2. Uji homogenitas.....	42
D. Hasil Analisis Data	43
1. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan.....	43
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	46
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	48
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	51
A. Simpulan	51
B. Implikasi	51
C. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN-LAMPIRAN	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 1. Pukulan <i>Lob</i> dalam Permainan Bulutangkis	24

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Rincian jadwal penelitian	37
Tabel 2.	Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2	48
Tabel 3	Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	49
Tabel 4	<i>Range</i> Reliabilitas	49
Tabel 5.	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	50
Tabel 6.	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	51
Tabel 7.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	52
Tabel 8.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	52
Tabel 9.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	53
Tabel 10	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	53

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Keterampilan <i>Lob</i> dalam Permainan Bulutangkis	55
Lampiran 2. Program Latihan <i>Lob</i> dalam Permainan Bulutangkis.....	57

