



**LATIHAN PUKULAN KE ARAH SASARAN TERHADAP HASIL  
KETEPATAN SMASH BULUTANGKIS PADA ATLET 11-14  
TAHUN DI KLUB PUTRA UTAMA DI DESA KLARUAN  
SUKOHARJO**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**INDAH WAHYU HARTANTI**

**D0419038**

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

**2023**

**LATIHAN PUKULAN KE ARAH SASARAN TERHADAP HASIL  
KETEPATAN SMASH BULUTANGKIS PADA ATLET 11-14  
TAHUN DI KLUB PUTRA UTAMA DI DESA KLARUAN  
SUKOHARJO**

**Oleh:**

**Indah Wahyu Hartanti**

**NIM: D0419038**

**Skripsi**

**Diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani**

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

**2023**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul : “Latihan Pukulan Ke Arah Sasaran Terhadap Hasil Ketepatan Smash Bulutangkis Pada Atlet 11-14 Tahun Di Klub Putra Utama Di Desa Klaruan Sukoharjo”, karya:

Nama : Indah Wahyu Hartanti

NIM : D0419038

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah disetujui Dosen Pembimbing Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta untuk dilanjutkan ke tahap penelitian.

Disetujui:

Surakarta, Juli 2023

Pembimbing I

Pembimbing II



**Karlina Dwijayanti, S.Pd., M.Or**  
NIDN. 0619128701



**Rima Febrianti, S.Pd, M.Pd**  
NIDN. 0614028701

## PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini dengan judul “Latihan Pukulan Ke Arah Sasaran Terhadap Hasil Ketepatan *Smash* Bulutangkis Pada Atlet 11-14 Tahun Di Klub Putra Utama Di Desa Klaruan Sukoharjo”, karya:

Nama : Indah Wahyu Hartanti

NIM : D0419038


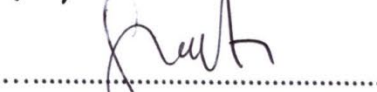
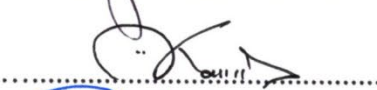

Prodi : Pendidikan Jasmani

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

Pada hari : Selasa

Tanggal : 25 Juli 2023

Dewan Penguji Skripsi:

	(Nama Terang)	Tanda Tangan
Ketua	: Sunjoyo, S.Pd., M.Pd	
Sekretaris	: Dr. Slamet Santoso, M.Pd	
Anggota I	: Karlina Dwijayanti, S.Pd., M.Or	
Anggota II	: Rima Febrianti, S.Pd, M.Pd	


Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



  
**Dr. Joko Sulistyono, M.Pd**  
**NIDK. 8800201019**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Sukoharjo, 15 Juli 2023



**Indah Wahyu Hartanti**

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **Motto**

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa perjuangan. Tidak ada kemudahan tanpa dorongan do’a dari kedua orangtua.”

(Ridwan Kamil)

### **Persembahan:**

Kedua Orang Tua Bapak dan Ibu tercinta

Dosen Penjas FKIP UTP Surakarta

Rekan Seperjuangan

Saudara-saudaraku tersayang

Almamaterku Penjas FKIP UTP

## **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 yang terhormat:

1. Prof. Dr. Winarti, M.Si selaku Rektor Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Satrio Sakti Rumpoko, S.Pd., M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Karlina Dwi Jayanti, S.Pd., M.Or selaku Pembimbing I dan Rima Febrianti, S.Pd, M.Pd Selaku Pembimbing II.
5. Hari Yudha, S.Pd selaku Pelatih dan Atlet Atlet Bulutangkis PB Putra Utama 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, 15 Juli 2023

**Indah Wahyu Hartanti**

## ABSTRAK

**Indah Wahyu Hartanti. Latihan Pukulan Ke Arah Sasaran Terhadap Hasil Ketepatan Smash** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juni 2022. Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan., Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing I : Karlina Dwi Jayanti, S.Pd., M.Or Pembimbing II : Rima Febrianti, S.Pd, M.Pd

Tujuan penelitian untuk mengetahui: Terdapat pengaruh latihan menembak sasaran terhadap hasil ketepatan smash bulutangkis pada atlet 11-14 tahun di *Klub Putra Utama* di desa Klaruan Sukoharjo. Untuk membuktikan penelitian ini dengan latihan smash menggunakan alat bantu shuttlecock terhadap ketepatan dalam melakukan smash pada *Klub Putra Utama*.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah "*One Group*". Populasi penelitian ini adalah atlet 11-14 tahun Klub Putra Utama berjumlah 30 orang dengan teknik *Purposive Sampling*. Sampel yang digunakan pada saat penelitian sebanyak 20 berdasarkan kriteria. Teknik pengumpulan data melalui tes dan pengukuran data *pretest* dimana data di dapatkan dari jumlah kemampuan atlet melakukan tes *smash* bulutangkis sebelum sampel diberikan perlakuan, sedangkan data *posttest* akan di dapatkan dari jumlah kemampuan atlet melakukan tes *smash* bulutangkis setelah sampel diberi perlakuan. Teknik analisis data yang digunakan dengan uji t menggunakan aplikasi spss 26.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet 11-14 tahun di Klub Putra Utama di Desa Klaruan Sukoharjo, dengan nilai t hitung  $4,698 > t$  tabel 2.042, dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Yang dapat dilihat dengan kenaikan presentase sebesar 16,74%.

**Kata Kunci :** Latihan Pukulan Ke Arah Sasaran, *Smash*, Bulutangkis



## **ABSTRAK**

*Indah Wahyu Hartanti. Practice Hits Towards the Target Against the Results of Smash Thesis Accuracy, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan, June 2022. Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan Surakarta. Supervisor I : Karlina Dwi Jayanti, S.Pd., M.Or Advisor II : Rima Febrianti, S.Pd, M.Pd.*

*The purpose of this study was to find out: There is an effect of target shooting practice on the results of the accuracy of badminton smashes in athletes 11-14 years old at the Main Boys Club in the village of Klaruan Sukoharjo. To prove this research with smash training using the shuttlecock tool for accuracy in smashing at the Main Boys Club.*

*This research is using experimental method. The design used in this study is "One Group". The population of this study were 11-14 year old athletes from the Main Men's Club, totaling 30 people using a purposive sampling technique. The sample used during the study was 20 based on the criteria. Data collection techniques were through tests and pretest data measurements where data was obtained from the number of athletes' abilities to do badminton smash tests before the sample was given treatment, while posttest data were obtained from the number of athletes' abilities to do badminton smash tests after the samples were given treatment. The data analysis technique used was the t test using the SPSS 26 application.*

*The results of this study indicate that there is a significant effect on increasing the accuracy of smash shots in badminton games for athletes aged 11-14 years at the Main Men's Club in Klaruan Sukoharjo Village, with a t count of  $4.698 > t$  table of 2.042, and a significance value of  $0.000 < 0.05$ . Which can be seen with a percentage increase of 16.74%.*

**Key words:** Shot Toward Practice, Smash, Badminton

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN JUDUL .....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI .....	iv
PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	viii
<i>ABSTRAK</i> .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Identifikasi Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Pembatasan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Perumusan Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Manfaat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II LANDASAN TEORI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Tinjauan Pustaka .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Hakikat Bulutangkis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Hakikat Pukulan <i>Smash</i> Bulutangkis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Hakikat Ketepatan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Hakikat Latihan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Metode latihan <i>smash</i> sasaran tetap.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

6. Karakteristik Atlet Usia 11-14 Tahun.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7. Kategori Usia berdasarkan Sistem Kejuaraan PBSI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Penelitian Yang Relevan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Kerangka Berpikir .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Pengajuan Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III METODE PENELITIAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Metode Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Intrument Test .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Teknik Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Teknik Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Uji Prasyarat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Uji Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Deskripsi Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. PEMBAHASAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Kesimpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Keterbatasan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Saran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Batasan Usia dalam Bulutangkis.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Post-test* ketepatan *smash*..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. Deskripsi Hasil Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. Data Homogen .....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Lapangan bulutangkis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2. Cara memegang raket american grup...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3. Cara memegang raket forehand grip ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 4. Cara memegang raket backhand grip ...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 5. Cara memegang raket Combination Grip .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 6. Gerakan kaki (footwork) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 7. Pukulan servis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 8. Pukulan lob.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 9. Pukulan smash.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 10. Pukulan dropshot.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 11. Pukulan drive.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 12. Pukulan netting.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 13. Penerbangan shuttlecock smash .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 14. Daerah latihan smash sasaran tetap ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 15. Diagram Kerangka Berfikir.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 16. Tes Ketepatan <i>Smash</i> Bulutangkis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 17. Pemberian Arahkan Terhadap Atlet.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 18. Pelaksanaan Pretest .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 19. Pelaksanaan Treatment.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 20. Pelaksanan Posttest .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 21. Foto Bersama Atlet dan Pelatih.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Universitas	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 3. Surat Validasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 4. Instrumen Tes Kemampuan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 5. Program Latihan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 6. Data Nama Kelompok .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 7. Blangko Kosong .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 8. Data Hasil Pretest .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 9. Data Hasil Post test.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 10. Data Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 11. Data Homogen.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 12. Data Uji Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 13. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

