



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN DRILL DAN POLA PUKULAN
TERHADAP KETERAMPILAN *LOB* BULU TANGKIS PADA
SISWA EXTRAKURIKULER BULU TANGKIS
SMK BINA TARUNA SRAGEN
TAHUN AJARAN 2020/2021**

Skripsi

Oleh:

**DHENY APRI ROFIAL SIDIK
D0217071**

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

2022

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN DRILL DAN POLA PUKULAN
TERHADAP KETERAMPILAN *LOB* BULU TANGKIS PADA
SISWA EXTRAKURIKULER BULU TANGKIS
SMK BINA TARUNA SRAGEN
TAHUN AJARAN 2020/2021**

Oleh:

**Dheny Apri Rofial Sidik
D0217071**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2022**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul” **Perbedaan Pengaruh Latihan Drill Dan Pola Pukulan Terhadap Keterampilan Lob Bulu Tangkis Pada Siswa Extrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen Tahun ajaran 2020/2021**”, karya :

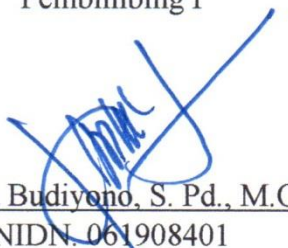
Nama : Dheny Apri Rofial Sidik
NIM : D0217071
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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


Surakarta, Desember 2021

Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I


Kodrad Budiyo, S. Pd., M.Or.
NIDN. 061908401

Pembimbing II


Bagus Kuncoro, S. Pd., M.Or.
NIDN. 0623088702

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul” **Perbedaan Pengaruh Latihan Drill Dan Pola Pukulan Terhadap Keterampilan Lob Bulu Tangkis Pada Siswa Extrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen Tahun ajaran 2020/2021**”, karya :

Nama : Dheny Apri Rofial Sidik
NIM : D0217071
Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

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

Pada hari : Kamis
Tanggal : 10 Februari 2022
Dewan Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd., M.Or

Sekretaris : Rendra Agung P., S.Pd., M.Or

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

Anggota II : Bagus Kuncoro, S.Pd., M.Or

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
Dekan






Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

MOTTO

*Dengan ilmu kehidupan menjadi mudah, dengan seni kehidupan menjadi indah,
dengan agama kehidupan menjadi lebih terarah dan bermakna.*

(Prof. Mukti Ali)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
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. Kodrat Budiyo, S. Pd., M.Or. sebagai KOPRODI Jurusan Pendidikan Pelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta sekaligus sebagai dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
3. Bagus Kuncoro, S. Pd., M.Or. sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Para pengurus, pelatih dan siswa SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
5. 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.

Sragen, Desember 2021

D A R S

ABSTRAK

Dheny Apri Rofial Sidik. Perbedaan Pengaruh Latihan Drill Dan Pola Pukulan Terhadap Keterampilan *Lob* Bulu Tangkis Pada Siswa Putra Ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen Tahun ajaran 2020/2021. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Desember 2021.

Permasalahan penelitian ini adalah apakah (1). Adakah perbedaan pengaruh latihan drill dan pola pukulan terhadap keterampilan *lob* bulu tangkis pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021? (2). Manakah yang lebih baik pengaruhnya antara pendekatan sistem latihan Drill dan pola pukulan terhadap keterampilan *lob* bulutangkis pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021? Tujuan penelitian untuk mengetahui (1). Untuk mengetahui Perbedaan pengaruh pendekatan sistem latihan drill dan pola pukulan terhadap keterampilan *lob* bulutangkis pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021. (2). Untuk mengetahui manakah yang lebih baik pengaruhnya antara pendekatan sistem latihan drill dan pola pukulan terhadap keterampilan *lob* bulutangkis pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021.

Populasi dalam penelitian adalah pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021 yang berjumlah 45. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021 yang berjumlah 30 orang.. Variabel penelitian ini yaitu latihan keterampilan *lob* dengan latihan drill dan pola pukulan sebagai variabel bebas serta keterampilan pukulan *lob* bulu tangkis variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan pretest-posttest design. Tes untuk mengetahui kemampuan pukulan *lob* bulutangkis menggunakan “Untuk mengukur kemampuan pukulan *lob* bulutangkis dengan *high clear test* dari Frank Verducci (1980: 30). 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 metode latihan drill dan pola pukulan terhadap keterampilan *lob* bulutangkis pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0.5261$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2). Metode *drill* lebih baik pengaruhnya dari pada metode latihan pola pukulan terhadap keterampilan *lob* bulutangkis pada siswa putra ektrakurikuler Bulu Tangkis SMK Bina Taruna Sragen tahun ajaran 2020/2021. Berdasarkan persentase peningkatan terhadap keterampilan *lob* bulutangkis menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode *drill*) adalah 39.72% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan metode pola pukulan) adalah 40.438%.

ABSTRACT

Dheny Apri Rofial Sidik. *Differences in the Effect of Drill Practice and Stroke Pattern on Badminton Lob Skills in Badminton Extracurricular Boy Students at Bina Taruna Sragen Vocational School for the 2020/2021 Academic Year. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, December 2021.*

The problem of this research is whether (1). Is there a difference in the effect of drill practice and stroke patterns on badminton lob skills in male students in extracurricular badminton at SMK Bina Taruna Sragen in the 2020/2021 school year? (2). Which one has a better effect between the Drill training system approach and the pattern of strokes on badminton lob skills in the extracurricular male students of Badminton SMK Bina Taruna Sragen in the 2020/2021 school year? The purpose of this research is to find out (1). This study aims to determine the difference in the effect of the drill training system approach and stroke pattern on badminton lob skills in male students in extracurricular badminton at SMK Bina Taruna Sragen in the 2020/2021 school year. (2). To find out which one has a better effect between the drill training system approach and stroke patterns on badminton lob skills in male students in extracurricular badminton at SMK Bina Taruna Sragen in the 2020/2021 school year.

The population in the study was the male students of badminton extracurricular at SMK Bina Taruna Sragen for the academic year 2020/2021, totaling 45. The sampling technique used in this study was purposive random sampling. The sample in this study was the male students of badminton extracurricular at SMK Bina Taruna Sragen for the academic year 2020/2021, which amounted to 30 people. The variables of this research were lob skills training with drill exercises and stroke patterns as independent variables and badminton lob skills were the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine the badminton lob ability uses "To measure the badminton lob hitting ability with the high clear test from Frank Verducci (1980: 30). The research data analysis method used the t-test formula which was calculated using a short formula.

The results of data analysis, the conclusions obtained are: (1) There is a significant difference in the effect of drill training methods and stroke patterns on badminton lob skills in male students of badminton extracurricular at SMK Bina Taruna Sragen in the academic year 2020/2021. This is evidenced by the results of the final test calculation for each group, namely $t_{count} = 0.5261$, greater than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2). The drill method has a better effect than the stroke pattern training method on badminton lob skills in male students in extracurricular badminton at SMK Bina Taruna Sragen in the 2020/2021 school year. Based on the percentage improvement in badminton lob skills, it showed that group 1 (the group that was treated with the drill method) was 39.72% > group 2 (the group that received the stroke pattern method) was 40.438%.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LADASAN TEORI	
A. Tinjauan Pustaka.....	8
1. Permainan Bulutangkis.....	8
a. Karakteristik Permainan Bulutangkis	8
b. Bentuk Gerak Dasar Permainan Bulutangkis.....	10
c. Teknik Dasar Bulutangkis	12
2. Latihan	25
a. Metode latihan	25
b. Prinsip-prinsip Latihan	26

Komponen-komponen Latihan.....	27
3. Belajar Gerak dalam Permainan Bulu Tangkis.....	30
4. Ketrapilan <i>lob</i> Bulu Tangkis.....	32
a. Pengertian Pukulan <i>lob</i>	32
b. Jenis-jenis Pukulan <i>lob</i>	33
c. Hal-hal yang Harus Diperhatikan dalam Melakukan Pukulan <i>lob</i>	34
5. Metode Pembelajaran	35
a. Pendekatan Pembelajaran <i>Block</i>	37
b. Pendekatan Pembelajaran Random	40
B. Kerangka Berfikir	45
C. Perumusan Hipotesis	47

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	48
1. Tempat Penelitian.....	48
2. Waktu Penelitian.....	48
B. Rancangan/Desain Penelitian	48
C. Populasi dan Sampel	49
1. Populasi Penelitian	49
2. Sampel Penelitian	49
D. Teknik Pengumpulan Data	50
E. Teknik Analisis Data.....	50
1. Mencari reliabilitas.....	50

2. Uji Prasyarat Analisis.....	51
3. Uji Perbedaan.....	52
BAB IV HASIL PENELITIAN	54
A. Deskripsi Data	54
B. Uji Reliabilitas	55
C. Pengujian Persyaratan Analisis	55
1. Uji Normalitas	55
2. Uji Homogenitas	56
D. Hasil Analisis Data	57
1. Analisis Korelasi Tiap Prediktor	57
2. Perbedaan Persentase	57
E. Pengujian Hipotesis	60
F. Pembahasan Hasil Analisis Data	63
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	65
A. Simpulan	65
B. Implikasi	65
C. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN-LAMPIRAN	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Pegangan Gebuk Kasur.....	14
Gambar 2. Pegangan <i>forehand</i>	15
Gambar 3. Pegangan <i>Backhand</i>	15
Gambar 4. Pegangan Kombinasi	16
Gambar 5. Servis pendek.....	19
Gambar 6. Servis panjang.....	19
Gambar 7. <i>Drive Backhand</i>	20
Gambar 8. <i>Smash</i>	22
Gambar 9. <i>Netting</i>	24
Gambar 10. Arah Pukulan <i>Lob</i> Tinggi dan <i>Lob</i> Serang.	35

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes keterampilan <i>lob</i> bulutangkis kelompok 1 dan 2	54
Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	55
Tabel 3. <i>Range</i> Reliabilitas	55
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	56
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	56
Tabel 6. Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	57
Tabel 7. Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	58
Tabel 8. Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	58
Tabel 9. Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	59
Tabel 10 Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	59

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes keterampilan <i>lob</i> bulutangkis.....	69
Lampiran 2. Program Latihan <i>blok</i> dan <i>random</i>	71
Lampiran 3. Rekapitulasi data hasil tes awal dan tes akhir keterampilan <i>lob</i> . bulutangkis	82
Lampiran 4. Menghitung Reliabilitas dengan Anava	90
Lampiran 5. Uji Normalitas Data.....	94
Lampiran 6. Uji Homogenitas.....	96
Lampiran 7. Tabel Chi Kwadrat.....	102
Lampiran 8. Tabel r Product Moment.....	106
Lampiran 9. Tabel F.....	105
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....	107

