



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DRILLING SHUTTLECOCK*
DAN *PUKULAN LOB* BERPOLA TERHADAP KEMAMPUAN
PUKULAN LOB DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS
PADA ATLET PB. VIRGO SUKOHARJO TAHUN 2021**

SKRIPSI

OLEH:

RAFI ASJAD KUSUMA ZAMAN

D0218100

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN

SURAKARTA

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Drilling Shuttlecock* Dan *Pukulan Lob* Berpola Terhadap Kemampuan Pukulan *Lob* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet PB. Virgo Sukoharjo Tahun 2021”, karya:

Nama : Rafi Asjad Kusuma .Zaman

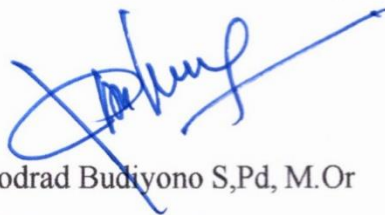
NIM : D0218100

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 Budiyono S,Pd, M.Or
NIDN. 0619068401

Pembimbing 2



Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or
NIDN. 0612038301

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Drilling Shuttlecock* Dan *Pukulan Lob* Berpola Terhadap Kemampuan Pukulan *Lob* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet PB. Virgo Sukoharjo Tahun 2021”, karya:

Nama : Rafi Asjad Kusuma Zaman

NIM : D0218100

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 : Jum'at
Tanggal : 22 Juli 2022

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

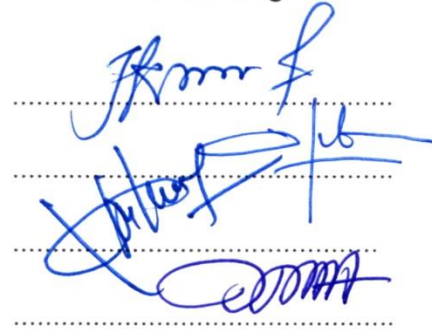
Tanda Tangan

Ketua : Dr. Joko Sulistyono, M.Pd.

Sekretaris : Iwan Arya Kusuma, S.Pd, M.Or.

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

Anggota II : Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or.



Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

ABSTRAK

Rafi Asjad K.Z. **PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DRILLING SHUTTLECOCK* DAN PUKULAN *LOB* BERPOLA TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN *LOB* DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET PB. VIRGO SUKOHARJO TAHUN 2021.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Februari 2022.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh metode latihan *drilling shuttlecock* dan *pukulan lob* berpola terhadap kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis Pada Atlet Pb. Virgo Sukoharjo Tahun 2021, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode latihan *drilling shuttlecock* dan *pukulan lob* berpola terhadap kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis Pada Atlet Pb. Virgo Sukoharjo Tahun 2021.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet PB Virgo Sukoharjo dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil kemampuan pukulan *lob* dengan latihan *drilling shuttlecock* dan pukulan *lob* berpola sebagai variabel bebas serta hasil kemampuan pukulan *lob* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan pukulan *lob* menggunakan 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 *drilling shuttlecock* dan menggunakan metode pukulan *lob* berpola terhadap kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis pada Atlet Pb. Virgo Sukoharjo Tahun 2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 3.18$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Metode *drilling shuttlecock* lebih baik pengaruhnya dari pada metode pukulan *lob* berpola terhadap kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis pada Atlet Pb. Virgo Sukoharjo Tahun 2021. Berdasarkan persentase hasil kemampuan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan menggunakan metode *drilling shuttlecock*) adalah 13.62% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan menggunakan metode pukulan *lob* berpola) adalah 11.86%.

MOTTO

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

(Al Hadist)

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. Kodrad Budiyo, 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. Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet Pb Virgo Sukoharjo Tahun 2021 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, Februari 2022

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 | 5 |
| C. Pembatasan Masalah | 5 |
| D. Perumusan Masalah | 6 |
| E. Tujuan Penelitian | 6 |
| F. Manfaat Penelitian | 7 |
| BAB II. LANDASAN TEORI..... | 8 |
| A. Tinjauan Pustaka..... | 8 |
| 1. Hakikat Bulutangkis..... | 8 |
| 2. Hakikat Pukulan <i>Lob</i> Bulutangkis | 14 |
| 3. Hakikat Latihan..... | 17 |
| 4. Hakikat Latihan <i>Drilling Shuttlecock</i> | 24 |
| 5. Hakikat Latihan Pukulan <i>Lob</i> Berpola..... | 28 |
| B. Penelitian Yang Relevan | 30 |
| C. Kerangka Berpikir..... | 32 |
| D. Pengajuan Hipotesis..... | 34 |

| | |
|--|----|
| 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 | 41 |
| A. Deskripsi Data | 41 |
| B. Uji Reliabilitas | 42 |
| C. Pengujian Persyaratan Analisis | 42 |
| 1. Uji Normalitas | 43 |
| 2. Uji homogenitas..... | 43 |
| D. Hasil Analisis Data | 44 |
| 1. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan..... | 44 |
| 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 Kemampuan Pukulan <i>Lob</i> dalam Permainan Bulutangkis ... | 53 |
| Lampiran 2. Program Latihan Pukulan <i>Lob</i> dalam Permainan Bulutangkis.... | 55 |

