



**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA TANGAN, KELENTUKAN
TOGOK DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN
SMASH DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET
PUTRA PB KURMO SRAGEN TAHUN 2022**

SKRIPSI

Oleh:

**ARBA'IN NUR IKHSAN
D0217113**

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

2022

**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA TANGAN, KELENTUKAN
TOGOK DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN
SMASH DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET
PUTRA PB KURMO SRAGEN TAHUN 2022**

SKRIPSI

Disusun oleh:

ARBA'IN NUR IKHSAN

D0217113

Ditulis dan Diajukan untuk Memenuhi Syarat Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Program Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

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

PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Koordinasi Mata tangan, Kelentukan Togok Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan *Smash* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Putra PB Kurmo Sragen Tahun 2022”, Karya

Nama : Arba'in Nur Ikhsan

NIM : D0217113

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

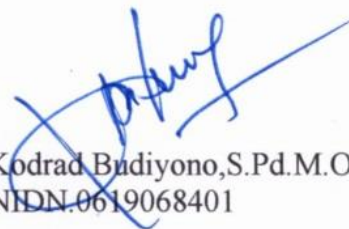
Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

Pembimbing II



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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Koordinasi Mata tangan, Kelentukan Togok Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan *Smash* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet PB Kurmo Sragen Tahun 2022”, karya:

Nama : Arba'in Nur Ikhsan

NIM : D0217113

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 : 5 Agustus 2022

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

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

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

Anggota I : Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

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

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

ABSTRAK

ARBA'IN NUR IKHSAN. HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA TANGAN, KELENTUKAN TOGOK DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN *SMASH* DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET PUTRA PB KURMO SRAGEN TAHUN 2022. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juli 2022.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) hubungan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet Putra PB Kurmo Sragen Tahun 2022. (2) Hubungan antara kelentukan togok dengan kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet Putra PB Kurmo Sragen Tahun 2022. (3) Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet Putra PB Kurmo Sragen Tahun 2022. (4) Hubungan antara koordinasi mata tangan, kelentukan dan kekuatan otot lengan dengan kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet Putra PB Kurmo Sragen Tahun 2022.

Sesuai dengan tujuan penelitian ini, maka penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Gedung Bulutangkis Klub PB Kurmo Sragen.

Dalam penelitian ini variabel bebas disebut juga sebagai prediktor dan variabel terikat yang disebut juga sebagai kriterium. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik tes dan pengukuran. Adapun jenis tes yang digunakan adalah: (1). Untuk mengukur koordinasi mata-tangan dengan lempar tangkap bola tenis dari Ismaryati (2006: 54-55). (2) Tes dan pengukuran kelentukan togok dengan *sit and reach* dari Ismaryati (2006: 101-102). (3) Kekuatan otot lengan di ukur dengan *push up test* dari Mulyono B, (1988:23). (4) Kemampuan *smash* diukur dengan Tes *Smash* (Nur Hasan 182 : 2001) Petunjuk pelaksanaan masing-masing tes terlampir.

Berdasarkan analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, maka simpulan yang dapat diperoleh adalah: (1) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan *smash*, $r_{hitung} = 0,448 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara kelentukan togok dengan *smash*, $r_{hitung} = 0,437 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan *smash*, $r_{hitung} = 0,399 > r_{tabel\ 5\%} = 0,361$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan, kelentukan togok dan kekuatan otot lengan dengan *smash*, $R^2_{y(123)}$ sebesar 0,431 $> r_{tabel\ 5\%}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 0.361 dan F_0 sebesar 6,5878 $> f_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,89.

MOTTO

❖ Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua.

(Aristoteles)

❖ Jika anda tak pernah memutuskan berhenti, Anda tak kan pernah terkalahkan.

(Ted Turner)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya dedikasikan kepada:

1. Ibu dan Bapak tercinta.
2. Saudara-saudaraku tercinta.
3. Rekan-rekan yang telah memberikan do'a dan dorongan.
4. Almamaterku.

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 Budiyono, S.Pd, M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Atlet putra PB Kurmo Sragen 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, Juli 2022

A

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	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. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II. LANDASAN TEORI.....	8
A. Tinjauan Pustaka.....	8
1. Hakikat Bulutangkis.....	8
a. Pengertian Bulutangkis.....	8
b. Macam- macam Pukulan <i>Smash</i>	11
c. Analisis Gerakan Pukulan <i>Smash</i>	13
2. Koordinasi Mata Tangan.....	16
3. Kelentukan Otot Punggung.....	21
4. Kekuatan Otot Lengan.....	25

B. Kerangka Pemikiran.....	29
C. Perumusan Hipotesis.....	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	32
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
B. Metode Penelitian.....	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
D. Teknik Pengumpulan Data	33
E. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
A. Deskripsi Data.....	38
B. Reliabilitas Tes.....	39
C. Uji Prasyarat Analisis.....	40
1. Uji Normalitas.....	40
2. Uji Linearitas	40
D. Hasil Analisis Data.....	41
1. Uji Korelasi Tiap Prediktor.....	42
2. Analisis Regresi	43
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan.....	44
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	45
A. Simpulan	45
B. Implikasi.....	45
C. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rangkuman Data Hasil Tes X1, X2, X3 dan Y	33
Tabel 2. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas.....	34
Tabel 3. Range Reliabilitas Book Wather.....	34
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	35
Tabel 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians Uji Linieritas.....	36
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Variabel Bebas dengan Terikat	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pukulan <i>Smash</i> Penuh	11
Gambar 2. Gerakan melakukan Pukulan <i>Smash</i> Potong	12
Gambar 3. Gerakan melakukan Pukulan <i>Smash</i> Melingkar.....	13
Gambar 4. Gerakan melakukan <i>Smash</i> Cambukan	14
Gambar 5. Gerakan melakukan Pukulan <i>Backhand Smash</i>	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rekapitulasi Tes X1, X2, X3 dengan Y	48
Lampiran 2. Rekapitulasi Re-tes X1, X2, X3 dengan Y	49
Lampiran 3. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas X1	50
Lampiran 4. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas X2	52
Lampiran 5. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas X3	54
Lampiran 6. Tabel Kerja Tes-Retes Uji Reliabilitas Y	56
Lampiran 7. Uji Normalitas Data X1	58
Lampiran 8. Uji Normalitas Data X2	60
Lampiran 9. Uji Normalitas Data X3	62
Lampiran 10. Uji Normalitas Data Y	64
Lampiran 11. Tabel Kerja Uji Linearitas X1 Terhadap Y	66
Lampiran 12. Tabel Kerja Uji Linearitas X2 Terhadap Y	69
Lampiran 13. Tabel Kerja Uji Linearitas X3 Terhadap Y	72
Lampiran 14. Menghitung Korelasi Antara X1 Terhadap Y	75
Lampiran 15. Menghitung Korelasi Antara X2 Terhadap Y	77
Lampiran 16. Menghitung Korelasi Antara X3 Terhadap Y	79
Lampiran 17. Tabel Analisis Regresi Antara X1, X2, X3 Terhadap Y	81
Lampiran 18. Tabel r Product Moment.....	87
Lampiran 19. Tabel Nilai Chi Kwadrat	88
Lampiran 20. Tabel Distribusi F (Linearitas)	89
Lampiran 21. Petunjuk Pelaksanaan Tes	92

