



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DEPTH JUMP* DAN  
*SIDE TO SIDE BOX SHUFFLE* TERHADAP KETERAMPILAN  
*JUMPING SMASH* DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS  
PADA ATLET PUTRA USIA 13-16 TAHUN  
PB KARANGAYEM TEMANGGUNG  
TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**VINNANDA ANGGUN SUGIYANTI**

**D0218144**

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

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Depth Jump* Dan *Side To Side Box Shuffle* Terhadap Keterampilan *Jumping Smash* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Putra Usia 13-16 Tahun Pb Karangayem Temanggung Tahun 2022”, karya:

Nama : Vinnanda Anggun Sugiyanti

NIM : D0218144

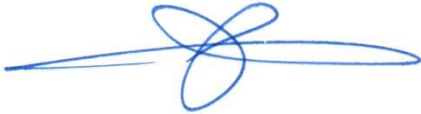
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Disetujui :

Pembimbing 1

Pembimbing 2



Agus Supriyoko, S.Pd., M.Or

NIDN. 0616088003



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

NIDN. 0612038301

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Depth Jump* Dan *Side To Side Box Shuffle* Terhadap Keterampilan *Jumping Smash* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Putra Usia 13-16 Tahun PB Karangayem Temanggung Tahun 2022”, karya:

Nama : Vinnanda Anggun Sugiyanti

NIM : D0218144

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 : Rabu

Tanggal : 20 Juli 2022

Tim Penguji Skripsi:  
(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

Sekretaris : Rustam Yulianto, S.Pd, M.Or

Anggota I : Agus Supriyoko, 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

Vinnanda Anggun S. **PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DEPTH JUMP* DAN *SIDE TO SIDE BOX SHUFFLE* TERHADAP KETERAMPILAN *JUMPING SMASH* DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET PUTRA USIA 13-16 TAHUN PB KARANGAYEM TEMANGGUNG TAHUN 2022.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juni 2022.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh metode latihan *depth jump* dan *side to side box shuffle* terhadap keterampilan *Jumping smash* dalam permainan bulutangkis Pada Atlet Putra Usia 13-16 Tahun PB Karangayem Temanggung Tahun 2022, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode latihan *depth jump* dan *side to side box shuffle* terhadap keterampilan *Jumping smash* dalam permainan bulutangkis pada Atlet PB Karangayem Temanggung Tahun 2022.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet PB Karangayem Temanggung dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil keterampilan *Jumping smash* dengan latihan *depth jump* dan *side to side box shuffle* sebagai variabel bebas serta hasil keterampilan *Jumping Smash* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui keterampilan *Jumping smash* menggunakan tes keterampilan *Jumping smash* 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 *depth jump* dan *side to side box shuffle* terhadap keterampilan *Jumping smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet PB Karangayem Temanggung Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu  $t_{hitung} = 2.967$  lebih besar dari pada  $t_{tabel} = 2,145$  dengan taraf signifikansi 5%. (2) Metode *depth jump* lebih baik pengaruhnya dari pada metode *side to side box shuffle* terhadap keterampilan *Jumping smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet PB Karangayem Temanggung Tahun 2022. Berdasarkan persentase hasil keterampilan *Jumping smash* bulutangkis menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan menggunakan metode *depth jump*) adalah 12.91% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan metode menggunakan metode *side to side box shuffle*) adalah 10.65%.

**Kata Kunci : Putra, *Jumping Smash*, Analisis Data, Desain Penelitian, Keguruan, Perguruan Tinggi, Olahraga Raket, Atlet.**

## **ABSTRAK**

Vinnanda Anggun S. **DIFFERENT EFFECT OF DEPTH JUMP AND SIDE TO SIDE BOX SHUFFLE TRAINING METHODS TOWARDS SMASH JUMPING SKILLS IN BOTTOM LINE GAMES ON BOY ATHLETES AGES 13-16 YEARS PB KARANGAYEM TEMANGGUNG, Teacher Training and Education University, Surakarta: 2022. June 2022.**

The purpose of the study was to determine the difference in the effect of depth jump and side to side box shuffle training on Jumping smashskills in badminton games for male athletes aged 13-16 years PB Karangayem Temanggung in 2022, and if there is a difference then to find out which method is better between training methods. depth jump and side to side box shuffle on Jumping smashskills in badminton games for PB Karangayem Temanggung Athletes in 2022.

The research sample is the Athletes of PB Karangayem Temanggung with a total of 30 students. sampling using a purposive sampling technique. the variables of this study are the results of Jumping smashskills with depth jump exercises and side to side box shuffle as variables and the results of variable Jumping smashskills. the research design used a pretest-posttest design. the test to determine the Jumping smashskill used a Jumping smashskill test using the test implementation instructions from nur hasan (2001:157). 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 between the depth jump and side to side box shuffle on the skills of jumping Jumping smashin badminton games for pb karangayem temanggung athletes in 2022. this is evidenced from the results of the final test calculation for each each group, namely  $t_{count} = 2,967$ , greater than  $t_{table} = 2,145$  with a significance level of 5%. (2) the depth jump method has a better effect than the side to side box shuffle method on Jumping smashskills in badminton games for pb karangayem temanggung athletes in 2022. based on the proportion of badminton Jumping smashskills, it shows that group 1 (the group that received treatment using the depth jump) was 12.91% > group 2 who received treatment using the side to side box shuffle method) was 10.65%.

**Keywords : Male, Jumping Smash, Data Analysis, Research Design, Teacher Training, Universities, Racquet Sport, Athletes.**

## MOTTO

- ✚ Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (Q.S Al- Insyirah ayat 5)
- ✚ Maka nikmat Tuhan kamu manakah yang kamu dustakan ( Q.S Ar-Rahman ayat 21)
- ✚ Apapun yang menjadi takdirmu, akan mencari jalannya menemukanmu. (Abi bin Abi Thalib)
- ✚ Ketakutan adalah penjara bernama kegagalan. Taklukan rasa takut karena sukses adalah hak pemberani. (Jefri Al Buchori)

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini dipersembahkan  
Kepada :  
Kedua orang tua penulis Bapak Sugiyono dan Ibu Siti Sulasmi yang tercinta  
Kakak penulis Probo Anggi Wibowo tersayang  
Dosen pembimbing skripsi penulis  
Dosen PKO FKIP UTP  
Rekan seperjuangan PKO 2018  
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. Agus Supriyoko, 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 Karangayem Temanggung 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, Juni 2022

VAS



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
JUDUL .....	i
PERSETUJUAN .....	ii
PENGESAHAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
MOTTO .....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
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 .....	6
BAB II. LANDASAN TEORI .....	8
A. Tinjauan Pustaka.....	8
1. Hakikat Permainan Bulutangkis.....	8
2. Hakikat <i>Jumping smash</i> Dalam Permainan Bulutangkis.....	14
3. Hakikat Kemampuan.....	16
4. Hakikat Latihan.....	17
5. Latihan <i>Jumping smash</i> Metode <i>Depth Jump</i> .....	21
6. Latihan <i>Jumping smash</i> Metode <i>Side To Side Box Shuffle</i> .....	23
B. Penelitian Yang Relevan .....	25

C. Kerangka Berpikir .....	26
D. Pengajuan Hipotesis .....	29
BAB III. METODE PENELITIAN .....	30
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel .....	32
D. Pengumpulan Data .....	33
E. Analisis Data .....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	36
A. Deskripsi Data .....	36
B. Uji Reliabilitass .....	37
C. Pengujian Persyaratan Analisis .....	38
D. Hasil Analisis Data .....	39
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan .....	42
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	44
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	47
A. Simpulan .....	47
B. Implikasi .....	47
C. Saran .....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	49
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pegangan Geblok Kasur .....	10
Gambar 2. Pegangan Inggris atau Kampak.....	11
Gambar 3. Pegangan Backhand .....	11
Gambar 4. <i>Jumping smash</i> .....	16
Gambar 5. <i>Depth Jump</i> .....	23
Gambar 6. <i>Side To Side Box Shuffle</i> .....	25
Gambar 7. Bagan Kerangka Berpikir .....	28
Gambar 8. Rancangan Penelitian .....	30
Gambar 9. Pembagian Kelompok .....	31
Gambar 10. Lapangan Kemampuan <i>Jumping smash</i> .....	53

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Perhitungan dengan <i>Chi</i> -Kuadrat .....	34
Tabel 2	Diskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2 .....	36
Tabel 3	Ringkasan Hasil Uji Reabilitas Data Tes Awal .....	37
Tabel 4	<i>Range</i> Reabilitas.....	37
Tabel 5	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data.....	39
Tabel 6	Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Kelompok 1 dan 2.....	40
Table 7	Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Akhir Pada Kelompok 1 .....	40
Tabel 8	Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Akhir Pada Kelompok 2 .....	41
Table 9	Rangkuman Hasil Uji Berbedaan Tes Akhir Pada Kelompok 1 dan 2 .....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Tes Kemampuan <i>Jumping Smash</i> .....	52
Lampiran 2. Program Latihan Kemampuan <i>Jumping Smash</i> .....	54
Lampiran 3. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Jumping Smash</i> .....	64
Lampiran 4. Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir .....	68
Lampiran 5. Rekapitulasi Hasil Tes Awal dan Tes Akhir <i>Jumping Smash</i> .....	72
Lampiran 6. Menghitung Reliabilitass Dengan Anava .....	74
Lampiran 7. Tabel Kerja Untuk Menghitung Perbedaan Peningkatan Hasil Kemampuan <i>Jumping Smash</i> .....	80
Lampiran 8. Uji Normalitas Data Dengan Metode Liliefors .....	81
Lampiran 9. Uji Homogenitas .....	83
Lampiran 10. Menghitung Standar Deviasi Kuadrat Pada Tiap Kelompok ....	84
Lampiran 11. Menghitung Nilai Peningkatan Kemampuan <i>Jumping Smash</i> Dalam Persen Pada Kelompok 1 dan 2 .....	87
Lampiran 12. Tabel Nilai-Nilai <i>Chi</i> -Kwadrat .....	88
Lampiran 13. Tabel Distribusi F .....	89
Lampiran 14. Tabel Nilai-Nilai t.....	91
Lampiran 15. Tabel Liliefours .....	92
Lampiran 16. Tabel F .....	93
Lampiran 17. Dokumentasi .....	96
Lampiran 18. Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 19. Surat Balasan Penelitian	

