

ABSTRACT

The Effect of Series of Exercise Method, and Series of Play Method Toward Badminton Games Skill at Badminton College

Student State University of Padang

Lutfi Akbar

Based on the researcher's observation showed the badminton college student State University of Padang had a low level of basic skill. This condition was influenced by some factor namely training method, physical condition, nutritional status and infrastructure. This research aims to explain the effect of series exercise method and play method toward badminton games skill.

The type of research is quasi experimental. Design used the two group pre test, post test design. The population in this research are the college students of State University of Padang which amount to 30 people. The sampling technique is using purposive sampling of 22 sample. The data of badminton games skill taken by coach and research team. The test instrument's is; (1) *service*, (2) *lob*, (3) *smash*. Data analysis techniques is used t test.

The result of the analysis of data showed that: (1) there is an effect of series exercise method toward badminton games skill at college student State University of Padang ttest (3,001) > ttable (2,228). (2) there is an effect of play method toward badminton games skill at college students State University of Padang ttest(3,04) > ttable (2,228). (3) the play method are effective compared with series exercise method toward badminton games skill at student State University of Padang ttest(5,4) > ttable (2,62). Both of these method can be used in training because can improve the skills of college student. ii

ABSTRAK

Pengaruh Metode Rangkaian Latihan dan Metode Rangkaian Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bulutangkis Mahasiswa

**Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Lutfi Akbar

Berdasarkan pengamatan peneliti menunjukkan bahwa masih rendahnya tingkat keterampilan dasar permainan bulutangkis mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Faktor penyebabnya diduga karena penggunaan metode latihan yang kurang tepat, faktor kondisi fisik, motivasi dan sarana prasarana. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh metode rangkaian latihan dan metode rangkaian bermain terhadap keterampilan permainan bulutangkis.

Jenis penelitian adalah penelitian kuasi eksperimen. Rancangan yang digunakan adalah “*the two group pretest posttest design*”. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel 22 orang. Data keterampilan permainan bulutangkis diambil dengan menggunakan instrumen tes yaitu: (1) *service*, (2) *lob*, (3) *smash*. Teknik analisis data menggunakan teknik uji beda (Uji t).

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) terdapat pengaruh metode rangkaian latihan terhadap keterampilan bermain bulutangkis mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dengan thitung(3,001) > ttabel (2,228), (2) terdapat pengaruh metode rangkaian bermain terhadap keterampilan permainan bulutangkis mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dengan thitung(3,04) > ttabel (2,228), (3) Metode rangkaian bermain lebih efektif dibandingkan metode rangkaian latihan terhadap peningkatan keterampilan bermain bulutangkis Mahasiswa Universitas Negeri Padang dengan thitung(5,4) > ttabel (2,62). Kedua metode ini bisa dipakai dalam latihan karena bisa meningkatkan keterampilan mahasiswa.