

**PENGARUH LATIHAN *SKIPPING* TERHADAP KEMAMPUAN *FOOTWORK*
ATLET BULU TANGKIS PB. RAUDAH JAYA KOTA PADANG**

SKRIPSI

**Diajukan kepada tim penguji untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)**



**ALFAJRI
NIM.19087169**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

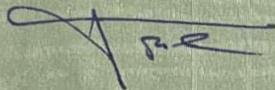
SKRIPSI

Judul : Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Footwork*
Atlet PB. Raudah Jaya Kota Padang
Nama : ALFAJRI
Nim/ BP : 19087169/ 2019
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 21 Agustus 2023

Mengetahui,
Ketua Departemen Kepelatihan

Disetujui oleh,
Pembimbing



Dr. Donic, S. Pd., M. Pd.
NIP. 197207 17199803 1 004



Drs. Hendri Irawadi, M. Pd.
NIP. 196005141985031002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : ALFAJRI

Nim : 19087169

Dinyatakan Lulus Seteah Mempertahankan Skripsi Didepan Tim Penguji .

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Departemen Kepelatihan

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

Dengan Judul

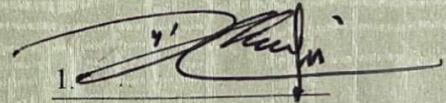
**PENGARUH LATIHAN *SKIPPING* TERHADAP KEMAMPUAN
FOOTWORK ATLET BULU TANGKIS PB. RAUDAH JAYA KOTA
PADANG**

Padang, 21 Agustus 2023

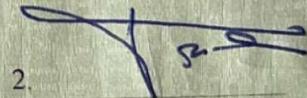
Tim Penguji

Tanda Tangan

1 Ketua Drs. Hendri Irawadi, M. Pd

1. 

2 Sekretaris Dr. Donie, M. Pd

2. 

3 Anggota Eval Edmizal, S. Pd., M.Pd

3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya tugas akhir berupa skripsi dengan judul “ **Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Bulu Tangkis PB. Raudah Jaya Kota Padang**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau di publikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan pada perpustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah di peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan



ALFAJRI

Nim. 19087169/2019

ABSTRAK

Alfajri, 2023 Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Bulu Tangkis Pb.Raudah Jaya Kota Padang Skripsi Departemen Kepeleatihan. Universitas Negeri Padang.

Peneliti melihat masih kurangnya kemampuan *footwork* atlet bulu tangkis PB.Raudah Jaya Kota Padang. Dengan ini peneliti bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *skipping* terhadap kemampuan *footwork* atlet bulu tangkis PB.Raudah Jaya Kota Padang

Penelitian ini menggunakan metode *eksperiment* dengan *Pretest-Posttest*, Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 atlet. Dengan Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, berjumlah 10 orang atlet laki-laki dengan pertimbangan merupakan atlet yang aktif. Instrumen untuk mengukur kemampuan *footwork* yaitu tes rangkaian olah kaki.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan *skipping* terhadap kemampuan *footwork* atlet bulu tangkis PB Raudah Jaya Kota Padang. Dengan rata-rata *Pre-test* 17,3 dan *Post-test* 21,9 sehingga terdapat peningkatan rata-rata *pre-test* dan *post-test* kemampuan *footwork* sebanyak 4,6 kali kemampuan *footwork* dengan thitung sebesar 12,392 dengan $> t_{tabel} = 1,833$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Kata Kunci: Latihan *Skipping*, *footwork*, Atlet Bulu Tangkis.

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah penulis mengucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Latihan *Skipping* terhadap Kelincahan *Footwork* Atlet Bulutangkis PB Raudah Jaya Kota Padang**”. Penulisan Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar S1 pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

Selanjutnya penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Teristimewa Kedua Orang Tua Saya Ayah Yalmaris Dan Ibu Santi Marlina Yang Tiada Henti Mendoakan Saya Dan Memberi *Support* Sehingga Saya Dapat Menyelesaikan Skripsi ini.
2. Bapak Drs. Hendri Irawadi, M.Pd selaku Penasehat Akademik (PA) dan pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan selalu sabar membimbing dalam menyelesaikan permasalahan perkuliahan Bapak Prof. H. Ganefri M.Pd, Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Donie. M.Pd dan Bapak Eval Edmizal., S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

5. Bapak Dr. Donic, S.Pd, M.Pd, selaku Kepala Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Bapak Dr. Roma Irawan, S.Pd, M.Pd, selaku Sekretaris Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Bapak/Ibu Dosen yang telah memberikan transformasi ilmu dan nilai bagi penulis selama mengikuti proses pendidikan di Universitas Negeri Padang.
8. Seluruh staf tata usaha dan pegawai pustaka Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
9. Teman-teman pendidikan kepelatihan olahraga tahun 2019
10. Bapak Afdal Casenno selaku Kepala pelatih PB. Raudah Jaya Kota Padang dan seluruh atlet yang telah bersedia menerima dan membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
11. Kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan motivasi.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Semoga segala bimbingan dan bantuan serta perhatian yang telah diberikan mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan dan kesempatan di masa yang akan datang.

Padang, Agustus 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Batasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II	13
KAJIAN PUSTAKA	13
A. Kajian Teori.....	13
B. Penelitian yang Relevan	41
C. Kerangka Konseptual.....	43
D. Hipotesis Penelitian.....	43
BAB III	44
METODOLOGI PENELITIAN	44
A. Desain Penelitian.....	44
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	44
C. Subjek Penelitian.....	45
D. Latar Penelitian	47
E. Pelaksanaan Perlakuan	48
F. Instrumentasi Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data.....	49

G. Teknik Analisis Data.....	51
BAB IV	53
HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. Deskripsi Data.....	53
B. Pengujian Persyaratan Analisis	55
C. Pengujian Hipotesis.....	56
D. Pembahasan	57
E. Keterbatasan Penelitian	63
BAB V	66
KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	45
2. Sampel Penelitian.....	46
3. Petugas Pelaksanaan Tes.	47
4. Norma Penilaian Tes.	51
5. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data	55
6. Rangkuman Uji Homogenitas.	56
7. Rangkuman Hasil Latihan <i>Skipping</i> Terhadap Kemampuan Footwork.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Langkah Bergantian	17
2. Langka Berturut-turut.....	18
3. Kerangka Konseptual.....	43
4. Tes Olah Kaki.....	50
5. Hasil Pre-Test dan Post-Test Kemampuan Footwork.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program Latihan.....	75
2. Data Mentah Penelitian	82
3. Analisis Uji Normalitas Kemampuan <i>Footwork</i>	83
4. Analisis Uji Normalitas <i>Post-test</i> Kemampuan <i>Footwork</i>	84
5. Analisis Uji Homogenitas <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	85
6. Pengujian Hipotesis Pengaruh Latihan <i>Skipping</i> Terhadap Kemampuan <i>Footwork</i> Atlet Bulutangkis PB. Raudah Jaya Kota Padang	86
7. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilefors	88
8. Normal Standar Dari O Ke Z.....	89
9. Tabel Distribusi F	90
10. Nilai Persentil	91
11. Dokumentasi Penelitian.....	92
12. Surat Izin Penelitian	99
13. Surat Balasan Penelitian.....	100

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting, olahraga adalah suatu kegiatan yang dilakukan didalam atau diluar ruangan yang bertujuan untuk menjadikan manusia sehat jasmani dan rohani. Sampai saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga bertujuan untuk rekreasi dan prestasi (AlFakhi, S.,& Barlian,E,2019:137). serta olahraga dijadikan tempat untuk menjalin silaturahmi antara masyarakat dengan berbagai kompetisi olahraga yang digelar atau dipertandingkan demi terjalannya kebersamaan yang kuat (Anita, F. 2014).

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang populer di dunia dan masyarakat di Indonesia, mulai dari anak-anak sampai orang tua, mengingat olahraga bulutangkis ini merupakan olahraga prestasi. Olahraga prestasi yang berkembang pada saat ini beragam, mulai dari olahraga yang bersifat individual maupun yang bersifat kelompok atau regu (Irawadi, H., & Yusuf, M. J. :2019). Olahraga prestasi yang dimaksud dalam perkembangan sekarang adalah olahraga bersifat kompetitif seperti cabang olahraga bulutangkis, bolavoli, bolabasket, tenis, renang dan lain-lain (Asriani, dkk : 2020).

Sejarah bulu tangkis masuk di Negara Indonesia sekitar tahun 1930-an. Sebelumnya inggris sudah memperkenalkan terlebih dahulu di Negara jajahannya, yaitu Malaysia dan Singapura. Pada tahun 1933 berdirilah

organisasi bulutangkis di Indonesia di Jakarta. Nama induk organisasi bulutangkis Indonesia adalah Bataviase Badminton Bond dan Bataviase Badminton League. Keduanya pun bergabung untuk membentuk organisasi bulutangkis di Indonesia, pada 1934, sejumlah kejuaraan bulu tangkis diadakan di pulau Jawa, kemudian sebagian besar berpusat di Bandung.

Sejarah perkembangan bulu tangkis di Indonesia cukup berkembang pesat hingga Pada 5 Mei 1951 di Indonesia didirikannya organisasi induk cabang olahraga bulutangkis yang di kenal dengan nama persatuan bulu tangkis diseluruh Indonesia. Bulu tangkis merupakan cabang olahraga kebanggaan Indonesia di kancang Internasional hal ini di buktikan pada tahun 1960 sampai tahun tahun 1970 lahirlah legenda besar bulu tangkis yang berasal di Indonesia yang namanya di catat oleh *Guinness Book World* Rekor yaitu Rudy Hartono sebagai pemegang rekor terbanyak All-England terbanyak. Rudy Hartono tercatat merebut juara All-England sebanyak 8 kali. Kemudian menjuarainya sebanyak 7 kali secara beruntun yaitu pada tahun 1968 hingga 1974, dan kembali menjuari pada tahun 1976. Sementara itu tim ganda putra Indonesia berhasil menjuara 6 kali. Dan pada Olimpiade Barcelona pada tahun 1992, Indonesia berhasil menorehkan sejarah kembali. Sedangkan di piala Thomas Indonesia berhasil menjuarai sebanyak 5 kali berturut-turut. Hingga saat ini tim bulu tangkis Indonesia masih disegani oleh Negara luar hal ini dapat di buktikan salah satu pasangan ganda terbaik Indonesia yaitu Kevin Sanjaya Sukamuljo dan Marcus Fernaldi Gideon yang awal mula di pasangkan pada tahun 2015 sampai sekarang. Pada tahun 2017 pasangan ini mampu mencatat

sejarah baru ganda putra yaitu juara pada 12 turnamen dalam kurun waktu 1 tahun, termasuk mendali emas pada kejuaraan BWF 2017 di di Glasgow. Di sektor ganda putri Indonesia juga punya pasangan yang sangat kuat yang berhasil menjuarai banyak kejuaraan besar salah satunya di Olimpiade 2020 di Tokyo yaitu pasangan Greysia Polli dan Apriyani Rahayu. Ada banyak pemain berbakat yang di miliki Indonesia saat ini.

Pencapaian prestasi olahraga merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembangunan di bidang olahraga, Dalam Undang-Undang RI Tentang Keolahragaan Nasional Nomor 11 tahun 2022 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi diatur pada pasal 28. Berdasarkan landasan di atas pemerintah indonesia sangat mendukung segala bentuk pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dalam sistem keolahragaan yang dianjurkan dengan terencana,berjenjang dan berkenlanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan seperti memasukkan kurikulum keolahragaan kedalam jenjang pendidikan, dan mendirikan klub di setiap daerah.

Klub adalah salah satu tempat atau wadah yang di dirikan dengan tujuan prestasi pada cabang olahraga, secara umum klub terdiri dari pembina, ketua, sekretaris, bendahara, pelatih kepala, asisten pelatih, dan juga atlet (Astrawan, 2019). Tentunya setiap klub yang didirikan bertujuan untuk menciptakan atlet yang berprestasi dan mampu bersaing di tingkat daerah, nasional dan internasional sehingga mampu membangakan orang terdekat serta mampu mengharumkan nama daerah dan nama negara dikancang dunia (Agus, dkk

2020:166). Ada banyak berbagai faktor penunjang tercapainya prestasi atlet antaranya seperti teknik yang bagus, taktik dan pemikiran yang jalan, fisik yang kuat, serta mental yang sehat (Hermilasari, dkk : 2019).

Dalam Cabang Olahraga Bulutangkis, suatu prestasi dapat dicapai jika atlet tersebut telah menguasai beberapa faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Beberapa faktor ini berasal dari diri atlet sendiri atau bisa disebut sebagai faktor *internal*, di luar dari faktor tersebut adalah faktor *eksternal* antara lain pelatih, sarana latihan, lingkungan latihan dan dukungan dari orang tua atlet itu sendiri.

Ada berbagai faktor penentu keberhasilan atlet baik faktor dari diri atlet sendiri (*Internal*) dan faktor dari luar atlet (*Eksternal*), semua faktor itu saling berkaitan, teknik dasar adalah faktor *internal* yang harus dikuasai oleh atlet, karena teknik dasar adalah gerakan paling awal dan dasar pada suatu olahraga atau permainan agar memudahkan untuk ke tahap sulit (Hidayat, & Nana 2014).

Di cabang olahraga bulu tangkis, seorang atlet bulu tangkis hendaklah menguasai teknik dasar secara benar agar tercapainya tingkat prestasi yang maksimal. Adapun teknik dasar yang harus di kuasai oleh seorang atlet bulu tangkis adalah a. teknik cara memegang raket (*grip*), b. Stance(sikap berdiri), c. *footwork* (gerakan kaki), d. *strokes* (pukulan) (Yuliawan, 2017).

Footwork merupakan teknik paling dasar dalam permainan bulutangkis, dimana *footwork* berguna untuk mempermudah seseorang untuk berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain dengan cepat dan mudah tanpa

ketinggalan *shuttlecock*. *Footwork* adalah cara mengatur kaki yang baik seorang pemain seorang akan mampu bergerak seefisien mungkin ke semua bagian dalam lapangannya dan pemain tidak akan mungkin memukul bola dengan efisien ataupun mengontrol lawan apabila tidak dapat dengan mudah berada pada posisi untuk memukul (Qi, et al 2012).

Gerakan tungkai atau *footwork* merupakan keterampilan paling dasar dalam permainan badminton. Gerakan ini memungkinkan gerakan dengan cepat ke depan, tengah, samping, dan belakang yang menyumbang 15% dari semua gerakan selama pertandingan berlangsung (Hong dkk, 2014).

Keterampilan *footwork* memudahkan pemain untuk mengapai *shuttlecock*, menjaga keseimbangan dinamis tubuh, dan menurunkan resiko cedera pada ekstremitas bawah (Hong dkk., 2014). Faktor penentu kerja gerak kaki *lunges* adalah kekuatan otot tungkai bawah, fleksibilitas otot, dan kelincahan dari pemain (Fu dkk., 2017). Untuk melatih *footwork* dapat dilakukan dengan berbagai metode latihan diantaranya dengan metode latihan bayangan (*shadow*) (Icuk dkk., 2002). Dapat kita lihat ada banyak faktor yang mempengaruhi untuk menunjang teknik dasar *footwork* yaitu kekuatan otot tungkai, fleksibilitas otot, kelincahan, dan latihan bayangan (*shadow*).

Footwork mempunyai peranan yang sangat penting, karena bulutangkis merupakan jenis permainan yang cepat dan berusaha untuk mempertahankan *shuttlecock* agar tidak jatuh ke lantai. *Footwork* mempengaruhi posisi gerak tubuh, kecepatan bergerak di area lapangan ke segala arah dan bahkan mempengaruhi.

Teknik dasar latihan *footwork* pada permainan bulutangkis terdiri dari latihan kelincahan, daya tahan, kecepatan, dan koordinasi (Taufik Hidayat Suharto. 2019). Di sebagian besar olahraga, kecepatan dan ketepatan gerakan akan mempengaruhi performa dan hasil kompetisi Edmizal, et al (2020).

Seorang atlet bulutangkis dalam menguasai *footwork* yang baik, selain perlunya kemampuan kondisi fisik yang baik, juga diperlukannya kemampuan untuk mengontrol gerak pada tubuh bagian bawah maupun gerak tubuh secara keseluruhan, dengan kata lain dibutuhkan gerak otomatisasi yang baik untuk melakukan *footwork* dengan kelincahan tinggi (Astrawan. 2016).

Kata “*Kelincahan*” Merupakan terjemahan dari kata “*agility*” yang di artikan sebagai kemampuan tubuh dalam bergerak dan mengubah arah dalam waktu yang sesingkat singkatnya tanpa kehilangan keseimbangan (Irawadi, 2019 : 205).

Sangat penting bagi seorang atlet untuk mempunyai kelincahan dalam permainan bulutangkis yang berguna untuk mengejar *shuttlecock* ke semua arah area permainan di dalam lapangan.

PB.Raudah Jaya adalah salah satu klub bulutangkis yang berada di Kota Padang, yang melakukan pembinaan sejak tahun 2020 sampai sekarang masih aktif dan banyak peminatnya. Klub ini di tangani langsung oleh pelatih yang sudah sangat berpengalaman dalam bidang bulutangkis, karena beliau juga mantan atlet dulunya, nama beliau adalah Afdal Casenno selaku kepala pelatih pada PB.Raudah Jaya Kota Padang, Beliau mantan pelatih di PB.Semen Padang Kota Padang dari tahun 2010-2015, kemudian pindah ke PB.Saiyo

Salibat Kota Padang dari tahun 2015-2020, dengan berakhirnya kontrak kerja beliau dengan PB.Saiyo Salibat beliau mendirikan pembinaan bulutangkis sendiri dengan nama PB.Raudah Jaya yang berlokasi di Kota Padang Sumatera Barat.

Tujuan dari PB.Raudah Jaya Kota Padang adalah untuk menciptakan atlet yang berkualitas dan mampu bersaing mulai dari tingkat daerah, nasional maupun Internasional yang dibuktikan dengan torehan prestasi, hal ini di sampaikan langsung oleh pelatih klub yaitu bapak Afdal Casseno.

Lapangan yang digunakan pada saat sesi latihan ada 2, latihan dilakukan pada hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis, dan Jumat. Rata-rata lama waktu latihan perharinya adalah 4-5 jam latihan dengan intensitas yang berbeda mulai dari sedang sampai ke tinggi tergantung materi dan program latihan yang dilaksanakan pada saat waktu latihan, latihan di mulai pada jam 16:00WIB Sampai jam 20;00 WIB.

Kemudian data yang didapat peneliti pada saat wawancara dengan pelatih PB.Raudah Jaya Kota Padang yaitu bapak Afdal Casenno, menyatakan prestasi atlet PB.Raudah Jaya Kota Padang mengalami penurunan dari awal tahun 2022, hal ini dapat dibuktikan pada tahun 2021. Pada tahun 2021 kejuaraan bulutangkis Pekan Baru Open Sumatera yang di adakan di Pekan baru PB.Raudah Jaya Kota Padang mendapat juara 2 (tunggal remaja putra), juara 3 (tunggal taruna dewasa), juara 1 (ganda anak-anak putra). Pada kejuaraan bulutangkis yang diadakan di kota padang pada tahun 2021 PB.Raudah Jaya Kota Padang mendapatkan juara 1 (ganda anak-anak putra), juara 3 (tunggal

anak-anak).

Pada ditahun 2022 atlet PB.Raudah Jaya Kota Padang banyak mengikuti kejuaraan yang di adakan di tingkat daerah maupun nasional, pada bulan Mei diadakan seleksi atlet untuk menjadi atlet binaan dan pengembangan olahraga prestasi tingkat pelajar Kota Padang atlet PB.Raudah Jaya Kota Padang tidak berhasil lolos dan terpilih menjadi atlet binaan dan pengembangan olahraga prestasi tingkat pelajar Kota Padang. Pada bulan Juli diadakan Sirnas B Di Kota Medan PB.Raudah Jaya hanya mampu mengirim 1 atlet yang sampai pada 8 besar selebihnya kalah dibabak pertama dan kedua., pada bulan Juni diadakan Kejuaraan Provinsi di Kota Padang yang mana pemenang akan mewakili provinsi Sumatera Barat di kejuaraan Presiden di Jakarta Timur PB.Raudah Jaya belum mampu menjuarai kejuaraan tersebut dan terkirim ke kejuaraan Presiden di Jakarta Timur, dan pada bulan Agustus di kejuraan Jambi Open PB.Raudah Jaya hanya berhasil membawa pulang juara 3 (Ganda Campuran Taruna), juara 3 (Tunggal Ramaja).

Pada PB.Raudah Jaya Kota Padang pemain yang di persiapan untuk ikut serta pada setiap pertandingan kejuaraan yang diadakan di daerah Sumbar maupun luar daerah Sumbar adalah 20 orang, yang terdiri dari berbagai kelompok umur mulai dari usia dini sampai usia taruna dengan katagori pertandingan Tunggal, Ganda, dan Ganda Campuran, sebanyak 15 orang Putra dan 5 orang Putri. Hasil dari pertandingan sangat tidak maksimal torehan prestasi yang di dapatkan. Hanya 2 sampai 3 orang yang berhasil merebut posisi juara atau bahkan tidak sama sekali pada setiap pertandingan.

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi atlet, seperti faktor internal dan eksternal atlet, pelatih menyebutkan bahwa tiap atlet masih mempunyai kekurangan pada kondisi fisik diantaranya seperti masih rendahnya daya tahan tubuh atlet saat pertandingan berlangsung, kurang kelincahan dan lambatnya pada saat mengejar *shuttlecock* dalam permainan, dan masih rendahnya kemampuan teknik dasar dalam diri atlet seperti lambatnya pergerakan kaki (*footwork*) serta mental atlet yang masih belum stabil saat pertandingan, pengembalian pukulan yang terkadang masih tanggung sehingga mengakibatkan serangan balik dari lawan. Kemudian pelatih juga menyebutkan pada faktor eksternal salah satunya pada saat sesi latihan berlangsung dirinya masih kewalahan dalam menghandle banyaknya atlet pada sesi latihan, sehingga latihan tidak menjadi efisien, contohnya pada saat sesi latihan kondisi fisik atau teknik pelatih belum mampu mengontrol keseluruhan atlet, fokus pelatih menjadi terpecah karna harus mengontrol 2 lapangan sekaligus, dukungan dari orang tua atlet juga sangat berpengaruh pada prestasi seorang atlet, dimana saat ini orang tua atlet masih ingin anaknya memfokuskan atlet untuk menyelesaikan pendidikan formal terlebih dahulu, sehingga waktu kehadiran juga tidak 100%, sarana dan prasarana seperti lapangan latihan yang ada 2, barber yang disediakan, dll seharusnya mampu membantu atlet untuk berkembang dengan cepat, tetapi dengan adanya beberapa masalah yang terjadi sehingga atlet menjadi lambat dalam perkembangan.

Pada disaat sesi latihan peneliti juga melakukan pengamatan kepada atlet yang melakukan latihan, ternyata memang benar apa yang disampaikan oleh pelatih atlet juga masih memiliki kekurangan pada kondisi fisik seperti masih lambat dalam pergerakan saat mengejar *shuttlecock* dan kurang lincah dalam melakukan pergerakan mengejar *shuttlecock*, pemain sering mati langkah dan terkena gerak tipu oleh lawan karena lambat dan kurang lincah dalam pergerakan kaki/*footwork*. *Shuttlecock* yang seharusnya masih bisa di selamatkan dan di kembalikan dengan baik dan pada akhirnya bola mati karena lambat dan kurang lincahnya dalam bergerak saat datangnya *shuttlecock*.

Dari data dan hasil wawancara tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mendalam tentang mengenai Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Footwork* Bulutangkis PB.Raudah Jaya Kota Padang. Dengan adanya penelitian ini diharapkan menjadi bahan evaluasi bagi para pelatih bulutangkis khususnya PB.Raudah Jaya Kota Padang sehingga dapat menjadi sumber informasi cara melakukan latihan *Footwork* atlet Bulutangkis PB.Raudah Jaya Kota Padang.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Daya tahan tubuh atlet yang masih rendah.
2. Masih lemah dalam penguasaan teknik dasar.
3. Masih kurangnya Kecepatan dan Kelincahan dalam pergerakan kaki (*footwork*).

4. Jumlah pelatih yang terbatas.
5. Kurangnya dukungan dari orang tua atlet.
6. Kurangnya latihan kondisi fisik.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang penulis sampaikan di atas. Maka, peneliti membatasi pada ruang lingkup “Latihan *Skipping* Kemampuan *Footwork* Atlet BuluTangkis PB.Raudah Jaya Kota Padang”.

D. Rumusan Masalah

1. Apakah Terdapat Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet BuluTangkis PB.Raudah Jaya Kota Padang?

E. Tujuan penelitian

1. Untuk Mengetahui Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet BuluTangkis PB.Raudah Jaya Kota Padang.

F. Manfaat penelitian

Sesuai apa yang diharapkan dalam penelitian ini nantinya diharapkann berguna untuk:

1. Peneliti
 - a) Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Stara 1 (S1) Jurusan Program Studi Kepelatihan Olah Raga.
 - b) Manambah Ilmu Pengetahuan Peneliti.

2. Orang Lain

- a) Menjadi Bahan Pertimbangan Dalam Melakukan Dan Membuat Program Untuk Melatih Atlet Di Suatu Klub.