

**STUDI KEMAMPUAN TEKNIK PUKULAN LOB DAN NETTING
ATLIT BULUTANGKIS PB. SEMEN PADANG**

SKRIPSI

*Untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh
gelar sarjana Pendidikan*



**NUR INTAN ASTRI
NIM. 14086377**

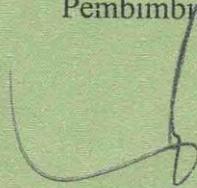
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Studi Kemampuan Teknik Atlit Bulutangkis PB Semen Padang
Nama : Nur Intan Astri
NIM/BP : 14086377/2014
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

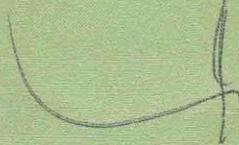
Padang, November 2018

Disetujui :
Pembimbing,



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Mengetahui :
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

dengan Judul

Studi Kemampuan Teknik Atlet Bulutangkis PB Semen Padang

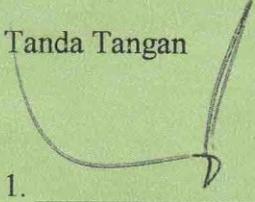
Nama : Nur Intan Astri
NIM/BP : 14086377/2014
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2018

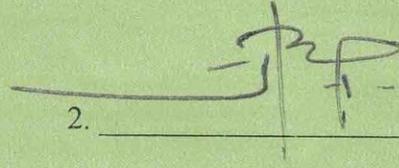
Tim Penguji

Tanda Tangan

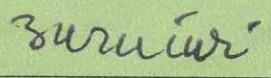
Ketua : Drs. Zarwan, M.Kes

1. 

Sekretaris : Dr. Kamal Firdaus, M.Kes.AIFO

2. 

Anggota : Dr. Willadi Rasyid, M.Pd

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tuga akhir berupa skripsi dengan judul “Studi Kemampuan Teknik Atlit Bulutangkis PB Semen Padang” adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 13 November 2018
Yang membuat pernyataan,



Nur Intan Astri

ABSTRAK

Nur Intan Astri. 2018. Studi Kemampuan Teknik Pukulan Lob dan Netting Atlet Bulutangkis PB. Semen Padang. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keolahragaan, FIK UNP.

Penelitian dilatarbelakangi karena sebagian atlet bulutangkis klub PB. Semen Padang belum memiliki kemampuan melakukan lob. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Kemampuan lob atlet dan kemampuan netting atlet bulutangkis Klub PB. Semen Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan populasi yang beranggota 15 orang atlet putra. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Setelah data terkumpul, data dianalisis dengan menggunakan distribusi frekuensi (*Statistik Deskriptif*) dengan perhitungan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) berdasarkan perhitungan tes kemampuan lob dari 15 orang sampel, 1 orang kategori baik sekali, 4 orang kategori baik, 5 orang kurang, dan 5 orang kategori kurang sekali, 2) berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan netting, 1 orang kategori baik sekali, 2 orang kategori baik, 4 orang kategori kurang, dan 8 orang kategori kurang sekali.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kemampuan Teknik Pukulan Atlet Klub PB Semen Padang”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan, bimbingan dan arahan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis dengan tulus dan ikhlas menyampaikan rasa hormat dan terima kasih pada pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, terutama kepada:

1. Kepada kedua orang tua, kakak dan teman terdekat yang sangat kucintai, yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepadaku.
2. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Zalfendi, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Drs. Zarwan,. M.Kes selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Kamal Firdaus, M.Kes.AIFO , Dr. Willadi Rasyid, M.Pd, selaku Tim Penguji yang dapat memberikan masukan dan kritikan, saran yang bermanfaat untuk kelanjutan penelitian dan menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepada seluruh Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta

ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.

7. Pengurus beserta anggota Persatuan Bulutangkis Semen Padang.
8. Sahabat-sahabat tercinta yang telah memberikan motivasi yang tak ternilai.
9. Seluruh teman-teman seperjuangan yang telah memberikan dorongan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

Semoga bimbingan, bantuan dan arahan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda di sisi Allah SWT, amin. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti telah berusaha semaksimal mungkin, namun demikian penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, hal itu disebabkan oleh keterbatasan penulis sendiri. Untuk itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan penelitian selanjutnya.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat berserah diri, semoga penulisan ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan ridho-Nya serta berguna bagi Pembaca, *Amin yaa Rabbal'alamin*.

Padang, November 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Sejarah Bulutangkis	9
2. Permainan Bulutangkis	11
3. Teknik Dasar dalam Permainan Bulutangkis	13
B. Kerangka Konseptual	17
C. Pertanyaan Penelitian	18
BAB III METODELOGI PENELITIAN	
A. Jenis, tempat dan Waktu Penelitian	19
B. Populasi dan Sampel Penelitian	19
C. Jenis dan Sumber Data	20
D. Definisi Operasional	21
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	21
F. Teknik Analisis Data.....	25

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	27
B. Pembahasan	29

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	33
B. Saran.....	33

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Pemain Bulutangkis PB. Semen Padang	20
2. Sampel Penelitian	20
3. Norma Tes Lob	23
4. Norma Tes Netting	25
5. Distribusi Rata-Rata Kemampuan lob Atlet Bulutangkis Klub PB Semen Padang.....	27
6. Distribusi Frekuensi Kemampuan lob Atlet Bulutangkis Klub PB Semen Padang.....	27
7. Distribusi Rata-Rata Kemampuan Netting Atlet Bulutangkis Klub PB Semen Padang	28
8. Distribusi Frekuensi Kemampuan Netting Atlet Bulutangkis Klub PB Semen Padang	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik Lob (Overhead)	15
2. Arah Pukulan Lob Overhead	15
3. Teknik Netting.....	17
4. Kerangka Konseptual.....	18
5. Lapangan Tes Netting.....	25
6. Histogram Kemampuan lob Atlet Klub PB Semen Padang	28
7. Histogram Kemampuan Netting Atlet Klub PB Semen Padang	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Identitas Subjek Penelitian Atlet Klub PB Semen Padang	36
2. Kemampuan Teknik Lob Atlet Klub PB Semen Padang Data	37
3. Dokumentasi Penelitian	38

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Memusatkan perhatian dan orientasi pembangunan bagi generasi muda dalam bidang olahraga merupakan strategi yang paling mendasar sebagai upaya dan meningkatkan sumber daya manusia Indonesia. Hal ini sesuai dengan yang dinyatakan Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional yaitu pasal 4 menyatakan bahwa “keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai-nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan bangsa, martabat dan kehormatan”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pembangunan dibidang keolahragaan nasional dapat meningkatkan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani serta meningkatkan prestasi olahraga, sehingga hal ini dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa. Di samping itu melalui kegiatan olahraga kita dapat menanamkan sportivitas, disiplin moral, akhlak mulia, dapat memperkuat pertahanan nasional dan membina persatuan bangsa.

Diantara tujuan dari pernyataan yang telah dikemukakan tersebut, maka jelaslah bahwa salah satu tujuannya adalah meningkatkan prestasi. Menurut Syafruddin (2011:54), “kemampuan seseorang atau atlet dalam pertandingan atau kompetisi pada dasarnya di tentukan oleh empat faktor yaitu : (1) kondisi

fisik, (2) teknik, (3) taktik, (4) mental”, empat faktor inilah yang merupakan unsur – unsur yang menentukan prestasi olahraga.

Seperti olahraga bulutangkis yang termasuk salah satu olahraga terpopuler di Indonesia yang membutuhkan kondisi fisik, teknik, taktik, mental. Perkembangan bulutangkis saat ini semakin pesat, hal ini disebabkan makin tingginya keterampilan penguasaan teknik dari para pemainnya, dengan keterampilan teknik bermain yang cukup tinggi di miliki oleh rata - rata pemain, maka dapat memberikan suatu permainan yang bermutu.

Prinsip permainan bulutangkis adalah memukul bola (*shuttlecock*) dengan menggunakan raket lapangan permainan lawan dengan menggunakan menyeberangkan (*shuttlecock*) lewat atas net dan mempertahankannya agar tidak jatuh dilapangan sendiri, maka sangat dibutuhkan komponen – komponen kondisi fisik yang bagus dalam cabang permainan bulutangkis.

Kondisi fisik merupakan unsur atau kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh setiap atlet untuk meraih prestasi. menurut Bafirman dan Apri Agus (2008:5) mengemukakan :

“ komponen dasar kondisi fisik ditinjau dari konsep moscular meliputi : (1) daya tahan (*endurance*), (2) kekuatan (*strenght*), (3) daya ledak (*eksplosif power*), (4) kecepatan (*speed*), (5) kelentukan (*flexibility*), (6) kelincahan (*agility*), (7) keseimbangan(*balance*), (9) koordinasi (*koordination*)”.

Teknik merupakan keterampilan khusus yang harus dikuasai oleh atlet, penguasaan teknik yang bagus sangat mendukung dalam penguasaan lapangan. Termasuk permainan bulutangkis Karena hampir semua teknik dalam permaianan bulutangkis, bertujuan untuk mengembalikan *cock* ke arah

lawan dengan sebaik – baiknya. Menurut Donie, (2009:71) mengemukakan: bahwa “ teknik dasar dalam permainan bulutangkis di kelompokan menjadi 4 bagian besar yaitu : (1) teknik memegang raket (*grip*), (2) teknik pengaturan kerja kaki (*footwork*), (3) teknik penguasaan pukulan (*stroke*), (4) taktik dan strategi permainan”.

Berdasarkan kutipan diatas, dalam permainan bulutangkis penguasaan teknik sangat berpengaruh terhadap permainan bulutangkis, karena teknik bagian dari empat faktor yang menunjang prestasi atlet dalam permainan bulutangkis.

Kondisi fisik dan teknik merupakan unsur yang sangat dibutuhkan dalam menerapkan taktik dan strategi. Taktik dan strategi merupakan rencana yang digunakan untuk dapat meraih kemenangan. Karena kondisi fisik dan teknik adalah persyaratan untuk menerapkan penguasaan taktik dan strategi dalam salah satu pertandingan cabang olahraga bulutangkis.

Kemudian untuk menerapkan taktik dan strategi dalam cabang bulutangkis juga membutuhkan mental yang baik. Mental sangat dibutuhkan dalam permainan bulutangkis. Karena atlet harus mampu mengendalikan emosi, supaya atlet tidak stres dilapangan saat bertanding.

Berdasarkan kutipan diatas, diharapkan mampu meningkatkan prestasi olahraga yang didasari oleh empat faktor tersebut yaitu, kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Keempat faktor inilah yang merupakan unsur – unsur dalam menentukan prestasi olahraga. Jika tidak didukung oleh faktor kondisi fisik, maka sukar rasanya untuk memperoleh teknik yang betul, dan begitu

juga sebaliknya. Jika kondisi fisik dan teknik yang sudah baik, maka taktik (strategi) juga harus diterapkan dalam unsur peningkatan prestasi olahraga dalam meraih kemenangan.

Pengembangan pembinaan olahraga prestasi dilaksanakan jalur pendidikan pada Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), perguruan tinggi dan pada masyarakat. Pembinaan olahraga prestasi tersebut dilaksanakan mulai tingkat Kecamatan, Kabupaten/Kota sampai ke tingkat nasional dan internasional. Misalnya saja seperti pembinaan olahraga bulu tangkis dilaksanakan di klub PB. Semen Padang. Pembinaan olahraga cabang bulutangkis pada klub PB. Semen Padang di Padang, dengan hari latihan setiap hari senin sore, rabu sore, dan sabtu sore, atlet yang masih aktif dalam kegiatan latihan sebanyak 50 orang, serta pelatih 2 orang yaitu Jajang dan verta evanda. Tujuan dari pembinaan olahraga bulutangkis ini adalah untuk mengembangkan bakat dan minat siswa, dan masyarakat dalam cabang bulutangkis.

Berbagai pertandingan yang telah diikuti oleh atlet PB. Semen Padang dalam pertandingan kelompok umur yang telah diikuti banyak memperoleh kemenangan atau juara dan dalam menyumbangkan medali, tetapi akhir – akhir ini prestasi tersebut banyak mengalami penurunan. Pada tahun 2016 Kejurda di PB. Atlanta Kota Padang, Atlet PB. Semen Padang Banyak mengalami kekalahan di babak penyisihan, pada tahun 2017 Kejuaraan Semen Padang OPEN yang diadakan di Kota Padang yang hanya masuk perempat final, Pada tahun 2018 Kejuaraan ASTEC OPEN yang diadakan di Kota Padang hanya bisa masuk delapan besar, (Sumber : Administrasi PB.Semen Padang).

Untuk dapat bermain olahraga bulutangkis dengan baik sangat ditentukan oleh faktor kemampuan fisik, penguasaan teknik, taktik, dan mental. Menurut Zarwan (2009:35) teknik dasar olahraga bulutangkis adalah “Penguasaan pokok yang harus dipahami dan dikuasai tiap pemain dalam melakukan kegiatan bermain bulutangkis”. Hermawan Aksan (2012:52) mengatakan secara garis besar teknik pukulan dalam permainan bulutangkis terdiri dari 7 macam teknik yaitu “*servis, lob, drop shot, smash, drive, dan net shot*”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa seorang atlet bulutangkis harus menguasai teknik dasar bulutangkis.

Berdasarkan pengamatan dan observasi di lapangan tempat para atlet bulutangkis klub PB. Semen Padang latihan, terlihat sebagian atlet belum memiliki kemampuan melakukan lob. Di samping itu mereka juga belum mampu melakukan netting dengan baik dan tepat. Sehingga pukulan netting tersebut dapat dikembalikan oleh pemain lawan dengan mudah. Selanjutnya informasi yang penulis dapatkan dari beberapa atlet, mengatakan bahwa mereka belum terlalu lama mengikuti latihan.

Kita tahu bahwa pukulan lob dan netting dalam olahraga bulutangkis merupakan teknik yang sangat penting, sesuai dengan pendapat Zarwan (2015:81) yang mengatakan bahwa “lob merupakan pukulan untuk menyerang agar dapat mematikan pihak lawan. Sekarang netting tersebut merupakan memulai serangan yang dilakukan ke pihak lawan”. Sedangkan “*lob serang* dalam permainan bulutangkis merupakan pukulan yang diambil dari depan badan atas kepala, dilambungkan rendah dan

cepat.tujuannya adalah, digunakan untuk menyerang pihak lawan.Zarwan (2015:103)”.

Netting adalah pukulan yang dilakukan di dekat net yang di pukul dengan sentuhan halus namun akurat. Sedangkan lob serang adalah bola yang di ambil dari depan badan atasa kepala, dilambungkan rendah dan cepat.

Selanjutnya untuk mencapai prestasi dalam permainan bulutangkis tidak hanya kemampuan teknik lob dan netting saja, akan tetapi juga teknik lain seperti “*smash, drop shot, drive, dan service*, serta lain-lain sebagainya. Di samping itu dalam meraih prestasi atlet bulutangkis klub PB. Semen Padang harus memiliki kondisi fisik yang prima, taktik, dan memiliki kemampuan mental yang baik.

Berpedoman pada uraian seperti yang telah dikemukakan di atas, jelaslah bahwa banyak sekali faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi atlet bulutangkis pada klub PB. Semen Padang Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis hanya melakukan suatu penelitian yang penulis anggap dominan mempengaruhi prestasi atlet bulutangkis tersebut yaitu faktor kemampuan teknik lob dan netting. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Kemampuan Teknik Pukulan Atlet Bulutangkis Klub PB. Semen Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di kemukakan di atas, di identifikasi masalah yakni sebagai berikut :

1. Kemampuan kondisi fisik
2. Kemampuan teknik

C. Pembatasan masalah

Mengingat banyaknya variabel dalam penelitian yang mempengaruhi prestasi atlet klub bulutangkis PB. Semen Padang, dan keterbatasan waktu, serta kemampuan peneliti, maka penulis membatasi variabel dalam penelitian ini hanya satu yaitu tentang kemampuan teknik bulutangkis yang meliputi lob dan netting.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah ditetapkan tersebut, maka dapat dirumuskan masalah yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana kemampuan lob atlet bulutangkis Klub PB. Semen Padang ?
2. Bagaimana kemampuan netting atlet bulutangkis Klub PB. Semen Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan penelitian yang diangkat, maka tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk melihat :

1. Kemampuan lob atlet bulutangkis Klub PB. Semen Padang.
2. Kemampuan netting atlet bulutangkis Klub PB. Semen Padang.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan apa yang telah dijabarkan pada rumusan masalah dan tujuan penelitian di atas, maka penelitian ini diharapkan berguna dan bermanfaat bagi:

1. Peneliti sendiri, sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih sebagai bahan pertimbangan dan masukan dalam memberikan latihan-latihan teknik dalam permainan bulutangkis seperti teknik lob dan netting

3. Atlet bulutangkis sebagai masukan dalam pemahaman kemampuan teknik lob dan netting penting dikuasi dengan baik dalam meningkatkan prestasi.
4. Peneliti berikutnya, sebagai bahan acuan untuk meneliti lebih lanjut berhubungan dengan variabel-variabel yang diteliti dengan jumlah sampel yang banyak dan berbeda tempat.
5. Sebagai referensi tambahan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.