

SKRIPSI

TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BERMAIN BULUTANGKIS SMP 4 PADANG PANJANG

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

**FAUZIAH
NIM.1104584**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

PERSETUJUAN SKRIPSI

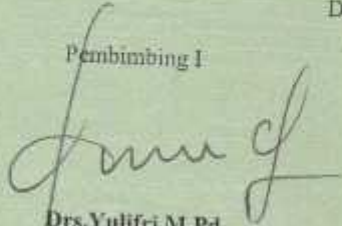
**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BULUTANGKIS
SMP NEGERI 4 PADANG PANJANG**

Nama : Fauziah
NIM : 1104584
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

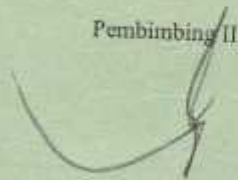
Padang, April 2015

Disetujui Oleh

Pembimbing I


Drs. Yulifri, M.Pd
Nip. 195907051985031002

Pembimbing II


Drs. Zarwan, M.Kes
Nip. 196112301988031003

Mengetahui :
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga


Drs. Yulifri, M.Pd
Nip. 195907051985031002

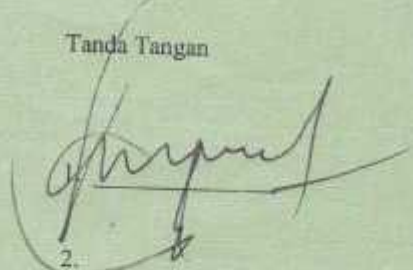
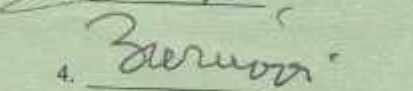
PENGESAHAN

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas
Negeri Padang

Judul : TINJAUAN TEKNIK DASAR BULUTANGKIS SMP
NEGERI 4 PADANG PANJANG
Nama : Fauziah
NIM : 1104584
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, April 2015

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs.Yulifri,M.Pd	
2. Sekretaris	Drs.Zarwan,M.Kes	
3. Anggota	Drs.Edwarsyah,M.Kes	
4. Anggota	Drs.Wilyadi Rasyid,M.Pd	
5. Anggota	Drs.Nirwandi,M.Pd	

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti data cara penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, April 2015
Yang menyatakan



Fauziah

Nim/Bp : 110458 / 2011

ABSTRAK

Fauziah : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bulutangkis SMP Negeri 4 Padang Panjang

Masalah dalam penelitian ini turunnya tingkat prestasi siswa SMP Negeri 4 Padang Panjang diduga karena siswa belum menguasai teknik dasar permainan bulutangkis, seperti servis, lob dan smash. Banyak faktor yang dapat menyebabkan masalah tersebut, diantaranya adalah penggunaan teknik dasar. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk meninjau kemampuan teknik dasar bulutangkis SMP Negeri 4 Padang Panjang.

Jenis penelitian adalah korelasi. Populasi dalam penelitian sejumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling, pengambilan dilakukan tes service panjang, lob dan smash. Teknik pengambilan data dibuat dengan statistik deskriptif.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan : 1) Service Panjang dari 20 siswa, 7 siswa memiliki tergolong kategori cukup, 8 siswa tergolong kategori kurang, dan 5 siswa tergolong kategori baik. 2) smash dari 20 siswa , 9 siswa tergolong kategori kurang, 8 siswa tergolong kategori sedang, dan 3 siswa tergolong kategori baik. 3) lob dari 20 siswa, 7 siswa tergolong kategori kurang, 11 siswa tergolong kategori sedang, dan 2 siswa kategori baik.

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bulutangkis SMP Negeri 4 Padang Panjang ”. Skripsi ini disusun untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan. Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Pembimbing I dan Drs. Zarwan. M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan memberikan bimbingan dengan sepenuh hati kepada penulis, serta saran, masukan yang sangat berarti bagi penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

4. Drs.Edwarsyah,M.KesDrs.WilyadiRasyid,M.PdDrs.Nirwandi,M.Pd selaku tim penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan sehingga skripsi ini bisa di selesaikan dengan baik.
5. Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
6. Pihak SMP 4 Padang Panjang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib seperjuangan yang memberikan dorongan serta semangat kepada penulis.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, April 2015

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.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
1. Kajian Teori	
a. Kemampuan bermain bulutangkis.....	7
a Pegangan raket.....	9
b pukulan.	10
1. Servis panjang	10
2. Pukulan lob.....	13
3 Pukulan smash	19
b. Teknik Dasar	21
2. Kerangka Konseptual	21
3. Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
1. Jenis Penelitian.....	23
2. Tempat dan Waktu Penelitian	23
3. Populasi dan Sampel	23
4. Jenis dan Sumber Data	24
5. Defenisi Operasional	25
6. Prosedur penelitian.....	26

7. Instrument Penelitian.....	27
8. Teknik Pengumpulan Data.....	27
9. Teknik Analisa Data.....	30
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	31
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	36
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
1. Kesimpulan.....	38
2. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
a. Data prestasi SMPN 4 Padang Panjang cabang olahraga bulutangkis	3
b. Populasi Penelitian.....	23
c. Sampel Penelitian.....	24
d. Distribusi frekuensi kemampuan service panjang	31
e. Distribusi frekuensi kemampuan smash	33
f. Distribusi frekuensi kemampuan lob	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Memegang shuttlecock servis panjang	11
2. Posisi berdiri servis panjang.....	12
3. Trayek lintasan shuttlecock servis panjang.....	13
4. Jalan shuttlecock lob	14
5. Bentuk lob 1	15
6. Bentuk lob 2.....	15
7. Bentuk lob 3.....	16
8. Pelaksanaan pukulan lob.....	18
9. Rangkaian pukulan smash.....	20
10. Kerangka konseptual.....	22
11. Tes service panjang.....	28
12. Tes pukulan lob.....	29
13. Tes pukulan smash.....	30
14. Histogram hasil distribusi tinjauan service panjang	32
15. Histogram hasil distribusi tinjauan smash.....	34
16. Histogram hasil distribusi lob	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1) Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	
2) Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Kabupaten Padang Panjang	
3) Surat izin Penelitian dari SMP Negeri 4 Padang Panjang	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan salah satu Negara berkembang yang sedang giat melaksanakan pembangunan disegala bidang. Salah satu bidang yang tidak kalah penting adalah pembangunan dalam bidang olahraga. Olahraga kini telah memberikan pengaruh terhadap kemajuan di segala aspek dalam kehidupan, diantaranya dalam aspek perekonomian, pendidikan dan dalam olahraga itu sendiri. Salah satu bukti langkah Indonesia untuk memajukan olahraga adalah dengan ditetapkannya undang-undang No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Tujuan Keolahragaan Nasional tersebut terdapat dalam Bab 2 Pasal 4 yang berbunyi:

“Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan keharmonisan bangsa”.

Berdasarkan kutipan di atas, salah satu tujuan dari keolahragaan nasional adalah prestasi. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang ingin dicapai dari pelaksanaan suatu kegiatan dalam olahraga. Selain untuk pendidikan dan kesehatan maupun kesegaran jasmani, Prestasi juga merupakan tujuan utama yang dicapai dalam olahraga. Jenis olahraga yang dipertandingkan dalam event-event besar dan masuk dalam kategori yang umum diadakan dalam pertandingan-pertandingan bergengsi disebut olahraga prestasi. Selanjutnya dalam pasal 20 ayat 3 dijelaskan: “olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan

pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”. Salah satu olahraga yang bergengsi, banyak dikenal masyarakat Indonesia bahkan di dunia adalah olahraga bulutangkis. Olahraga bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang populer di Indonesia sejak dahulu hingga sekarang. Bagi bangsa Indonesia olahraga bulutangkis termasuk olahraga yang sangat digemari oleh setiap lapisan masyarakat, sebab olahraga ini dapat dimainkan oleh kalangan anak-anak, remaja, dewasa baik laki-laki maupun perempuan.

Permainan bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam olahraga prestasi. Permainan bulutangkis dapat dilaksanakan secara tunggal (*single*), ganda (*double*) maupun ganda campuran (*mixed double*). Peralatan inti yang digunakan dalam permainan ini adalah raket dan *shuttlecock*. Pelaksanaanya dimulai dari servis kemudian *shuttlecock* diarahkan secara menyilang dari seorang pemain kepada lawannya. Ide dasar dalam permainan bulutangkis adalah berusaha mematikan bola di lapangan lawan dan berusaha agar bola tidak jatuh di daerah lapangan sendiri.

Faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pencapaian prestasi terutama dalam permainan bulutangkis adalah kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Teknik merupakan Suatu proses gerakan yang dianggap efektif dan efisien serta rasional untuk melaksanakan tugas atau aturan dengan baik dalam permainan, pertandingan, perlombaan. Dalam permainan bulutangkis dituntut penguasaan teknik dasar bermain yang baik. Menurut Zarwan (2010, 140), “teknik dasar

dimaksud disini adalah meliputi: pegangan raket (*grip*), olah kaki (*fooworkt*), teknik pukulan seperti servis,lob,smash, *drop shot*, net, *drive*”.

Dari kutipan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa apabila seseorang telah menguasai teknik dasar dengan baik, maka dia akan mampu bermain bulutangkis. Diantara beberapa teknik dasar dalam bermain bulutangkis, Menurut peneliti ada tiga aspek teknik dasar yang penting dalam permainan bulutangkis, yaitu servis, lob, dan smash. Diharapkan para siswa yang ikut dalam kegiatan latihan bulutangkis memiliki prestasi, salah satu pendukungnya adalah penguasaan teknik seperti servis, lob, dan smash.

Padang Panjang setiap tahunnya mengadakan seleksi Popda bulutangkis antar SMPN se Padang Panjang. Salah satu sekolah yang mengikuti seleksi tersebut adalah SMPN 4 Padang Panjang. Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan di SMPN 4 Padang Panjang, disimpulkan bahwa kemampuan bermain bulutangkis siswa SMPN 4 Padang Panjang rendah. Hal ini dapat dilihat dari data prestasi sekolah dalam cabang olahraga bulutangkis sebagai berikut.

Tabel 1. Data prestasi SMPN 4 Padang Panjang dalam cabang olahraga bulutangkis

Tahun	Peringkat	Keterangan
2010	5	Babak Perempat final
2011	6	Babak Perempat final
2012	6	Babak Perempat final
2013	8	Babak Perempat final
2014	-	Babak penyisihan

Sumber: guru olahraga SMPN 4

Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa prestasi olahraga bulutangkis SMPN 4 Padang Panjang dari tahun 2010 sampai saat ini tidak memuaskan. Pada tahun 2010 sekolah ini hanya meraih peringkat ke-5, tahun

2011 mengalami penurunan prestasi dengan berada pada urutan 6 dalam seleksi Popda Padang Panjang. Pada tahun berikutnya SMPN 4 Padang Panjang kembali mendapat peringkat ke-6. Selanjutnya tahun 2013 prestasi sekolah ini kembali merosot dengan hanya mendapat peringkat 8. Bahkan prestasi SMPN 4 semakin menurun di tahun ini, yaitu kalah pada babak penyisihan pertandingan.

Rendahnya tingkat prestasi siswa SMP Negeri 4 Padang Panjang disebabkan oleh banyak faktor salah satunya siswa belum menguasai teknik dasar permainan bulutangkis, seperti servis, lob dan smash. Dalam setiap permainan bulutangkis, teknik dasar tersebut sangat menentukan keberhasilan dalam bermain bulutangkis. Idealnya dengan memiliki teknik dasar bermain bulutangkis yang baik dan sarana prasarana yang memadai, secara otomatis siswa juga memiliki prestasi cabang olahraga bulutangkis yang baik juga. Selain itu salah satu penyebab kurang berprestasinya siswa dalam olahraga bulutangkis disebabkan oleh faktor latihan. Menurut Syafrudin (2011:2) yang dimaksud dengan latihan adalah “suatu proses kegiatan fisik (jasmani) dan psikis (mental) dengan pengaturan beban latihan tertentu untuk mencapai tujuan latihan yang diinginkan dengan menggunakan metode, materi atau bentuk-bentuk latihan yang tepat”

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bulutangkis Atlet SMP Negeri 4 Padang Panjang”. Penelitian ini nantinya dapat dijadikan suatu solusi dalam pemecahan permasalahan yang terjadi dalam meningkatkan kemampuan bermain bulu tangkis siswa di sekolah.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa faktor-faktor sebagai berikut:

1. Metode latihan
2. Pelaksanaan latihan
3. Fisik Atlet
4. Teknik dasar
5. Kurangnya struktur latihan
6. Dukungan kepada atlet
7. Frekuensi pertandingan

C. Pembatasan masalah

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan pada identifikasi masalah di atas maka oleh sebab itu penelitian ini hanya di batasi pada:Kemampuan Teknik Dasar Bulutangkis SMP Negeri 4 Padang Panjang,dimana tiga tes teknik dasar bulutangkis yaitu : tes servis panjang, tes pukulan lob, dan tes pukulan smash.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah diuraikan di atas maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan :

1. Bagaimanakah kemampuan servis panjang?
2. Bagaimanakah kemampuan pukulan lob?
3. Bagaimanakah kemampuan pukulan smash?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan Penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah kemampuan servis panjang
2. Bagaimanakah terhadap kemampuan pukulan lob
3. Bagaimanakah terhadap kemampuan pukulan smash

F. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian ini adalah:

1. Sebagai syarat memperoleh gelar sarjana di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi yang sebelumnya dilaksanakan penyusunan proposal penelitian.
2. Sebagai bahan pertimbangan bagi guru untuk memperbaiki dan meningkatkan efektifitas latihan untuk prestasi yang baik
3. Untuk dapat memberikan informasi serta menjadi sumbangan ilmu bagi yang membutuhkan.
4. Sebagai bahan referensi bagi penulis lain untuk melaksanakan penelitian selanjutnya dan sebagai sumbangan ilmiah bagi program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahrgaan, Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa :

1. Kemampuan Service panjang SMP Negeri 4 Padang Panjang dari 20 orang, 7 orang memiliki tergolong kategori cukup, 8 orang tergolong kategori kurang, dan 5 orang tergolong kategori baik.
2. Kemampuan Smash SMP Negeri 4 Padang Panjang dari 20 orang 9 orang tergolong kategori kurang, 8 orang tergolong kategori sedang, dan 3 orang tergolong kategori baik.
3. Kemampuan Lob SMP Negeri 4 Padang Panjang dari 20 orang 7 orang tergolong kategori kurang, 11 orang kategori sedang, dan 2 orang kategori baik.

B.Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka disarankan kepada:

1. Guru penjas sebagai pelatih bulu tangkis di sekolah, agar :
 - a. Membuat program latihan dengan penggunaan teknik dasar, sehingga kemampuan bermain bulutangkis dapat ditingkatkan.
 - b. Memvariasikan dan mengembangkan bentuk-bentuk penggunaan teknik dasar dan disesuaikan dengan teknik yang diajarkan, sehingga kemampuan bermain bulu tangkis siswa dapat ditingkatkan.

2. Siswa SMP Negeri 4 Padang Panjang, agar dapat melakukan latihan sesuai dengan arahan pelatih, sehingga dapat meningkatkan kemampuan teknik bermain bulu tangkis.
3. Peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian dengan kajian yang sama dengan waktu yang lebih lama, sehingga latihan teknik dasar lebih ada manfaatnya dalam meningkatkan kemampuan bermain bulu tangkis siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Reneka Cipta.

Alnedral.(2008). *Strategi Spektrum Gaya Pengajaran Pendidikan jasmani,Olahraga dan Kesehatan*. Padang : UNP Press.

Anggi Putra (2013). *Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan*. Padang : FIK UNP.

Donie. (2009). *Pembinaan BuluTangkis Prestasi*.Padang : Wineka Media.

Khairuddin .(2000) *.Pedoman Permainan Bulutangkis*. Padang : UNP Press.

Supandi. (1992). *Strategi Belajar mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*.Padang :UNP Press.

Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang : UNP Press.

Suwirman. (2011). *Metodologi Penelitian*. Padang : FIK UNP.

Tim Mata Kuliah Micro UNP.(2012). *Micro Teaching*. Padang. Sukabina Press.

Undang-Undang Negara Republik Indonesia No.3 (2005) . *Sistem Keolahragaan Nasional* . Bandung : Citra Umbara.

<http://www.google.com/search?q=kemampuan+bermain+bulutangkis&oq=kemampuan+bermain+bulutangkis&aqs=chrome..69i57.8548j0j1&sourceid=chrome&ie=utf-8#q=pengertian+kemampuan+bermain+bulutangkis> diakses tanggal 30-09-2014

www.gambar.pukulan.lob.bulutangkis.com (akses tanggal 8-2-2014)

_____. (2009). *Bulu Tangkis Dasar*. Malang: Wiedia.

Zarwan. (2010). *Bulu Tangkis*. Padang: Suka Bina Press.