

**HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DAN  
TINGGI LOMPATAN DENGAN KETEPATAN SMASH  
DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS SISWA SEKOLAH  
MA DARUL ULUM WARU**

**SKRIPSI**



*Unipa Surabaya*

**MUHAMMAD AINUL FARIH  
NIM : 185900197**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2021**

**HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DAN  
TINGGI LOMPATAN DENGAN KETEPATAN SMASH  
DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS SISWA SEKOLAH  
MA DARUL ULUM WARU**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas  
PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian  
persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada  
Program Studi Pendidikan Jasmani**

**MUHAMMAD AINUL FARIH  
185900197**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2021**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Muhammad Ainul Farih  
NIM : 185900197  
Judul : hubungan antara kekuatan otot lengan dan power otot tungkai dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis siswa sekolah ma darul ulum waru

Skripsi ini disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian skripsi.

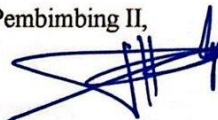
Surabaya, 18 januari 2022

Pembimbing I,



Dr. H. Harwanto, M.Pd.  
NIDN: 0722106102

Pembimbing II,



Shandy Pieter P. S.Pd.M.Pd.  
NIDN: 0729058804

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga



Achmad Nuryadi, S.Pd. M.Pd.  
NIDN: 0724097301

Skripsi oleh Muhammad Ainul Farih telah ditetapkan di depan Dewan Penguji pada tanggal 20 Januari 2022.

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Muhammad Ainul Farih dengan judul “hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis siswa sekolah ma darul ulum waru”

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 20 Januari 2022

Dewan penguji:

1. Dr. Sumardi, M.Kes

Ketua



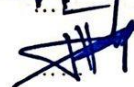
2. Dr. H. Harwanto, M.Pd

Anggota



3. Shandy Pieter P, S.Pd., M.Pd

Anggota



Mengesahkan,  
Dekan FPP,



Dr. Santika Rentina Hadi, M.Kes.

Mengetahui,  
Ketua Program Studi,



Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kehadiran Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Hubungan antara Kekuatan Otot Lengan dan *Tinggi lompatan* dengan Ketepatan *Smash* dalam Permainan Bulutangkis Siswa PB MA Darul Ulum Waru Tahun 2022” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesaiannya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Marianus Subandowo, MS, Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
2. Dr. Drs. Santika Rentika Hadi, M.kes, Dekan Fakultas Pedagogik dan Psikologi Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
3. Ahmad Nuryadi, S.Pd.,M.Pd, Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FPP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
5. Dr. H.Harwanto,M.Pd. Dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan petunjuknya dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
6. Shandy Pieter P. S.Pd.M.Pd. Dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan petunjuknya dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
7. Bapak/ Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Pedagogik dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Siswa PB MA Darul Ulum Waru, yang telah bersedia dijadikan objek penelitian dalam rangka pengumpulan data bahan skripsi.

Sangat disadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat penulis harapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca yang budiman.

Surabaya, 20 Januari 2022  
Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ainul', written over a light blue grid background.

**Muhammad Ainul Farih**

## DAFTAR ISI

|   |      |
|---|------|
| SKRIPSI.....                                      | i    |
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                         | ii   |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                          | iii  |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....                 | iv   |
| ABSTRAK.....                                      | v    |
| ABSTRACT.....                                     | vi   |
| MOTTO .....                                       | vii  |
| PERSEMBAHAN .....                                 | viii |
| DAFTAR ISI.....                                   | x    |
| DAFTAR GAMBAR .....                               | xii  |
| DAFTAR TABEL .....                                | xiii |
| BAB I .....                                       | 1    |
| PENDAHULUAN.....                                  | 1    |
| A. LATARBELAKANG MASALAH .....                    | 1    |
| B. IDENTIFIKASI MASALAH.....                      | 4    |
| C. BATASAN MASALAH.....                           | 4    |
| D. RUMUSAN MASALAH .....                          | 4    |
| E. PENELITIAN TUJUAN.....                         | 5    |
| F. MANFAAT PENELITIAN.....                        | 5    |
| BAB II.....                                       | 6    |
| KAJIAN PUSTAKA .....                              | 6    |
| A. DESKRIPSI TEORI.....                           | 6    |
| B. PENELITIAN YANG RELEVAN .....                  | 25   |
| C. KERANGKA BERFIKIR.....                         | 26   |
| D. HIPOTESIS PENELITIAN .....                     | 27   |
| BAB III .....                                     | 28   |
| METODE PENELITIAN .....                           | 28   |
| A. DESAIN PENELITIAN .....                        | 28   |
| B. DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN ..... | 28   |
| C. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN .....           | 29   |
| D. INSTRUMEN DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA .....    | 30   |
| E. TEKNIK ANALISIS DATA.....                      | 36   |
| BAB IV .....                                      | 38   |
| A. HASIL PENELITIAN .....                         | 38   |
| B. PEMBAHASAN.....                                | 40   |
| BAB V .....                                       | 43   |

|                          |    |
|--------------------------|----|
| SIMPULAN DAN SARAN ..... | 43 |
| SIMPULAN .....           | 43 |
| SARAN .....              | 43 |
| DAFTAR PUSTAKA .....     | 44 |



## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| <b>Gambar 1.</b> Pukulan <i>Smash</i> Penuh .....                    | 8  |
| <b>Gambar 2.</b> Gerakan melakukan Pukulan <i>Smash</i> Potong ..... | 9  |
| <b>Gambar 3.</b> Gerakan melakukan Pukulan <i>Smash</i> Melingkar .. | 10 |
| <b>Gambar 4.</b> Gerakan melakukan <i>Smash</i> Cambukan .....       | 11 |
| <b>Gambar 5.</b> Gerakan melakukan Pukulan Backhand Smash....        | 11 |
| <b>Gambar 6.</b> Pegangan Inggris/Kampak .....                       | 13 |
| <b>Gambar 7.</b> Posisi Kaki Persiapan <i>Smash</i> Penuh.....       | 14 |
| <b>Gambar 8.</b> Penerbangan Shuttlecock <i>Smash</i> .....          | 16 |
| <b>Gambar 9.</b> Struktur Anatomi Tungkai .....                      | 20 |
| <b>Gambar 10.</b> Desain Penelitian.....                             | 25 |
| <b>Gambar 11</b> push up .....                                       | 28 |
| <b>Gambar 12.</b> Tes Vertical Jump .....                            | 29 |
| <b>Gambar 13.</b> Lapangan untuk Tes Ketepatan .....                 | 32 |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| <b>Tabel 1.</b> Analisis regresi sederhana .....       | 37 |
| <b>Tabel 2.</b> Deskripsi data penelitian hasil .....  | 39 |
| <b>Tabel 3.</b> Data kekuatan otot lengan .....        | 49 |
| <b>Tabel 4.</b> Data Tinggi Lompatan .....             | 50 |
| <b>Tabel 5.</b> Data Ketepatan Smash .....             | 51 |
| <b>Tabel 6.</b> Tabel r pada $\alpha$ 5% .....         | 52 |
| <b>Tabel 7.</b> Tabel Distribusi F untuk Alpha 5%..... |    |

