

ABSTRAK

Mahardhika, Rony Putra. 2016. Pengaruh Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Kaki Terhadap Ketepatan Jump Smash Dalam Permainan Bulutangkis di SMA Wachid Hayim 5 Surabaya. Program studi: Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Dosen Pembimbing, Drs. Ismawandi B P., M.Pd.

Kata kunci: Kekuatan Otot Kaki, Kekuatan Otot Lengan , Ketepatan Jump Smash

Pengaruh Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Kaki Terhadap Ketepatan Jump Smash Dalam Permainan Bulutangkis di jadikan objek penelitian ini karena peneliti ingin menguji kebenaran dan mengetahui seberapa besar pengaruh Kekuatan Otot Lengan dan Otot Kaki Terhadap Ketepatan Jump Smash .

Populasi yang digunakan untuk penelitian adalah siswa kelas x SMA WACHID HASYIM 5 surabaya, dengan jumlah sampel 20 siswa. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen, data peneliti di dapat dengan melakukan jump smash 10kali, sedangkan penelitian ini di laksanakan pada tanggal 10 november 2019 pukul 07.00 wib.

Berdasarkan hasil analisis dari pengolahan data diatas yang merupakan masalah dalam penelitian ini maka dapat di ketahui hasil dari ketiga variabel tes tersebut dengan menggunakan analisis dapat dibaca, Berdasarkan hasil tes yang telah dilakukan dan dihitung dengan rumus statistik untuk jumlah siswa 20 orang. Dengan demikian di peroleh hasil 4.565 sedangkan t tabel pada taraf signifikan 5% adalah 2.021 9 (t hitung > t tabel), maka dapat di nyatakan “ada pengaruhkekuatanototolengandankekuatanotot kaki terhadapketepatan jump smash dalampermainanbulutangkis di SMA WachidHasyim 5 Surabaya”.

ABSTRACT

Mahardika, Rony Putra. 2016. Influence of muscle strength arm and muscle strength leg to precision Jump Smash in a game of badminton at SMA Wachid Hayim 5 Surabaya. Courses: Physical education, Faculty of teacher Training and educational Sciences PGRI ADI Buana Surabaya, mentor Lecturer, Drs. Ismawandi B P., M. Pd.

Keywords: muscle strength legs, muscle strength arm, precision Jump Smash

Influence of muscle strength arm and muscle strength leg to exactness Jump Smash in badminton games in make this research object because researchers want to test the truth and know how big the relationship of muscle strength arm and leg muscles Against the precision Jump Smash.

The population used for research are students of Grade x IPS 1 and x IPs 2 SMA WACHID HASYIM 5 Surabaya, with a sample number of 20 students. The design used in this study was experimentation and control, the data researchers in the can by doing jump smash 10kali, while the research was conducted on 10 November 2019 at 07.00 WIB.

Based on the analysis of data processing above which is a problem in this research, it can be know the results of the three test variables using a statistical analysis can be read, based on the results of the tests that have been done and Calculated by the statistical formula for the number of students 20 people. Thus get the result 4,565 whereas T table at a significant level 5% is 2,021 9 (t count > T table), then it can be stated "There is a influence of arm muscle strength and leg muscle strength on the accurary of the jump smash in badminton games in high school WachidHasyim 5 Surabaya.

MOTTO

***JIKA MENJUMPAI KESULITAN JANGAN PERNAH
MERUBAH TUJUANNYA TETAPI RUBAHLA CARA UNTUK
MENCAPAI TUJUAN.***

PERSEMBAHAN

Pertama penulis panjatkan puji syukur kepada Allah SWT atas selesainya skripsi ini dengan baik, dan skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesehatan selama mengerjakan skripsi sejauh ini .
2. Orang Tua (suhardi dan Maninten, S.Pd) terutama Ibu saya yang telah membiayai, mensupport dan selalu mendoakan. Terimakasih juga unuk kesabarannya untuk membimbing di setiap saat dan waktu dalam setiap perjalanan untuk mencapai semua ini.
3. Asterina Sekar Hati dan keluarga yang selalu memberikan saya motivasi serta dukungan selama saya mengerjakan skripsi.
4. Ika Fitria Febriani, A.Md terimakasih atas motovasinya, semangat, waktu dan juga nasehatnya selama saya menyelesaikan kuliah ini .Terimakasih telah mendamping untuk melewati semua prosesnya
5. Teman seangkatan Program Pendidikan Jasmani, teman sekelas Penjas C 2016, C'bok Fc yang telah menemani, mendukung serta membantu dalam menyelesaikan skripsi ini

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas berkah, rahmat dan hidayahNya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis sehingga bisa menyelesaikan skripsi dengan judul “PENGARUH KEKUATAN OTOT LENGAN DAN KEKUATAN OTOT KAKI TERHADAP KETETPATAN JUMP SMASH DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS DI SMA WACHID HASYIM 5 SURABAYA” sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada program studi pendidikan jasmani.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini tidak dapat terselesaikan tanpa dukungan dari berbagai pihak baik moril maupun materil. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini terutama kepada :

1. Allah SWT atas segala rahmad dan hidayahnya hingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Dr. M. Subandowo, M.S., selaku rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Dr. Suhari, S.H., M.Si. selaku Dekan FKIP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd. selaku Ketua Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
5. Drs. Ismawandi Bripandika Putra., M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan selama penyusunan skripsi ini dibuat.
6. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
7. Orang Tua (suhardi dan Maninten, S.Pd) terutama Ibu saya yang telah membiayai, mensupport dan selalu mendoakan. Terimakasih juga unuk kesabarannya untuk

- membimbing di setiap saat dan waktu dalam setiap perjalanan untuk mencapai semua ini.
8. Asterina Sekar Hati dan keluarga yang selalu memberikan saya motivasi serta dukungan selama saya mengerjakan skripsi.
 9. Ika Fitria Febriani, A.Md terimakasih atas motovasinya, semangat, waktu dan juga nasehatnya selama saya menyelesaikan kuliah ini . Terimakasih telah mendampingi untuk melewati semua prosesnya
 10. Teman seangkatan Program Pendidikan Jasmani, teman sekelas Penjas C 2016, C'bok Fc yang telah menemani, mendukung serta membantu dalam menyelesaikan skripsi ini
 11. Guru pamong dan siswa sisiwa SMA WACHID HASYIM 5 SURABAYA..
 12. Seluruh teman-teman seangkatan, terutama kelas C 2016 yang selalu membantu, menyemangati, dan mengisi hari-hari menjadi sangat menyenangkan.
 13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan naskah skripsi ini.

Rasa hormat dan terimakasih bagi semua pihak atas segala dukungan dan doanya semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah mereka berikan kepada penulis, Aamiin.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang telah membantu dan semoga Allah SWT melimpahkan karunianya dalam setiap amal kebaikan kita dan diberikan balasan, Aamiin.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
PERSEMBAHAN/MOTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan Masalah	3
C. Rumusan Masalah	3
D. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
E. Manfaat Penelitian	4
F. Variabel dan Definisi Operasional	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Dasar Teori	6
B. Tinjauan Penelitian yang Relevan	17
C. Kerangka Konseptual	18
D. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	21

C. Variabel Penelitian	22
D. Instrumen Penelitian	22
E. Waktu dan Tempat Penelitian	23
F. Teknik Pengumpulan Data	23
G. Teknik Analisis Data	23

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	25
B. Pembahasan.....	31

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	32
B. Saran	32

DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN	34

DAFTAR TABEL

4.1 Hasil <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> Kelas X Ips 1	25
4.2 Hasil <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> Kelas X Ips 2	26
4.3 Tabel Perhitungan Statistika	27

DAFTAR GAMBAR

2.1 Latihan Smash	11
2.2 Teknik Jump Smash	13
2.3 Sasaran Jump Smash	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Format Revisi Skripsi	100
Lampiran 2	Berita Acara Bimbingan Skripsi	101
Lampiran 3	Surat Permohonan Ijin Penelitian	102
Lampiran 4	Surat Keterangan Penelitian	103
Lampiran 5	Tabel Uji t.....	104
Lampiran 6	Program Latihan	105
Lampiran 7	Jadwal Penelitian	106