

**PENGARUH METODE LATIHAN UMPAN LEMPAR
SHUTTLECOCK TERHADAP JAUHNYA PUKULAN
BACKHAND LOB OVERHEAD BULUTANGKIS
BAGI ANGGOTA
UKM BADMINTON UNIPA SURABAYA**

SKRIPSI



**Deo Difi Pratama
NIM 195900101**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2023**

**PENGARUH METODE LATIHAN UMPAN LEMPAR
SHUTTLECOCK TERHADAP JAUHNYA PUKULAN
BACKHAND LOB OVERHEAD BULUTANGKIS
BAGI ANGGOTA
UKM BADMINTON UNIPA SURABAYA**

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

**Deo Difi Pratama
NIM 195900101**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Deo Difi Pratama
NIM : 195900101
JudulSkripsi : PENGARUH METODE LATIHAN
UMPAN LEMPAR *SHUTTLECOCK*
TERHADAP JAUHNYA PUKULAN
BACKHAND LOB OVERHEAD
BULUTANGKIS BAGI ANGGOTA
UKM BADMINTON UNIPA
SURABAYA.

Skripsi ini telah di setujui dan dinyatakan memenuhi syarat
untuk di ajukan dalam ujian skripsi.

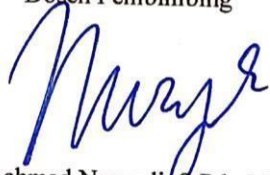
Surabaya, 12 juli 2022

Mengetahui,

Kaprodi Pendidikan Jasmani

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






Dosen Pembimbing

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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Deo Difi Pratama dengan judul PENGARUH METODE LATIHAN UMPAN LEMPAR *SHUTTLECOCK* TERHADAP JAUHNYA PUKULAN *BACKHAND LOB OVERHEAD* BULUTANGKIS BAGI ANGGOTA UKM BADMINTON UNIPA SURABAYA

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 09 Januari 2023

| Dewan Penguji | Jabatan | Tanda Tangan |
|-------------------------------|---------|---|
| Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd. | Ketua |  |
| Shandy Pieter P, S.Pd., M.Pd. | Anggota |  |
| Ramadhany H P, S.Pd., M.Pd. | Anggota |  |

| | |
|--|--|
|  Mengesahkan Dekan Dr. Santika Rontika Harjanto, M.Kes. |  Mengetahui Ketua Program Studi, Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd. |
|--|--|

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini senin tanggal 09 bulan januari tahun 2023 telah dilaksanakan

ujian skripsi dari:

Nama Mahasiswa : Deo Difi Pratama

NIM : 195900101

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Judul Skripsi : Pengaruh Metode Latihan Umpan Lempar *Shuttlecock* Terhadap Jauhnya Pukulan *Backhand Lob Overhead* Bulutangkis Bagi Anggota Ukm Badminton Unipa Surabaya.

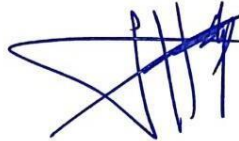
Penguji I



Achmad Nuryadi, S.Pd.,M.Pd

NIDN.0724097301

Penguji II



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

NIDN.0729058804

Penguji III



Ramadhany H P, S.Pd.,M.Pd

NIDN.0701058802

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deo Difi Pratama
NIM : 195900101
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Fakultas Pedagogi Dan
Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 03 Januari 2023



Deo Difi Pratama,

PERSEMBAHAN

Dengan segala puji syukur kepada Allah SWT dan atas dukungan danda'a dari orang-orang tercinta, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya persembahkan laporan akhir ini untuk:

1. Ibuku Rini dan Ayahku Ribut Jadi yang tiada hentinya mendoakan, memberi semangat, nasihat, serta kasih sayang yang tulus sehingga saya selalu kuat menjalani setiap rintangan yang ada.
2. Keluarga besar yang secara tidak langsung memotivasi agar saya terus melangkah untuk mencapai tujuan saya.
3. Orang-orang baik yang selalu memberi dukungan dan bantuan dalam bentuk apapun untuk membantu perjalanan kuliah saya.
4. Sahabat dan teman seperjuangan yang tiada henti memberi cambukan untuk terus melangkah sampai akhir, terimakasih untuk segalanya.

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua orang-orang baik yang telah berperan dalam hidup saya, orang-orang yang saya sayangi, semoga

Allah SWT selalu melindungi dan membalasnya dengan berlipat kebaikan. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kemajuan ilmu di masa mendatang. Aamiin.

KATA PENGANTAR

Allhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT dengan segala limpahan petunjuk dan bimbingan serta berbagai kenikmatan yang telah diberikan sehingga dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Pengaruh Metode Latihan Umpan Lempar *Shuttlecock* Terhadap Jauhnya *Backhand Lob Overhead* Bulutangkis Bagi Anggota Ukm Badminton Unipa Surabaya” Selama proses penulisan hingga terselesaikannya skripsi ini, penulis banyak mendapat motivasi dan dukungan dari beberapa pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Bapak Dr. M. Subandowo, M.S. yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menyelesaikan studi di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi buana Surabaya, Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M. Kes. yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Progam Studi Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Bapak Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd. yang telah memberikan kelancaran serta kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi.
4. Pembimbing skripsi Bapak Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd. yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan, dan motivasi selama proses penulisan skripsi.

5. Bapak dan Ibu Dosen Pengajar Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI AdiBuana Surabaya, yang telah memberikan Ilmu Pengetahuan dan wawasan kepada saya selama di bangku kuliah ini.

Dalam penulisan Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang sangat penulis harapkan.

Surabaya,03 Januari 2023

Penyusun

Deo Difi Pratama

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN PERSETUJUAN | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iv |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN..... | v |
| ABSTRAK | vii |
| MOTTO..... | ix |
| PERSEMBAHAN | x |
| KATA PENGANTAR..... | xi |
| DAFTAR ISI..... | xiii |
| DAFTAR TABEL | xv |
| DAFTAR GAMBAR | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvii |
| BAB I | 1 |
| PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Batasan Masalah..... | 6 |
| C. Rumusan Masalah | 6 |
| D. Tujuan Penelitian..... | 7 |
| E. Variable Penelitian | 7 |
| F. Manfaat Penelitian..... | 8 |
| BAB II..... | 10 |
| LANDASAN TEORI | 10 |
| A. Kajian Pustaka..... | 10 |
| B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan | 25 |

| | |
|--------------------------------------|----|
| C. Kerangka Konseptual | 27 |
| D. Hipotesis Penelitian..... | 28 |
| BAB III..... | 29 |
| METODE PENELITIAN | 29 |
| A. Rancangan Penelitian | 29 |
| B. Populasi Dan Sampel..... | 31 |
| C. Metode Pengumpulan Data | 34 |
| D. Teknik Analisis data..... | 36 |
| E. Jadwal Penelitian..... | 37 |
| BAB IV | 41 |
| HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 41 |
| A. Hasil Penelitian | 41 |
| B. Pembahasan..... | 58 |
| BAB V..... | 61 |
| PENUTUP | 61 |
| C. Simpulan | 61 |
| D. Saran..... | 61 |
| DAFTAR PUSTAKA | 63 |
| LAMPIRAN..... | 65 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|-----------|
| <u>Tabel 3. 1 Norma Test</u> | <u>35</u> |
| <u>Tabel 4. 1Hasil Data Pretest Melakukan Tes Pukulan Lob Sebanyak10x Percobaan Kelompok Eksperimen</u> | <u>42</u> |
| <u>Tabel 4. 2Hasil Data Pretest Melakukan Tes Pukulan Lob Sebanyak10x Percobaan Kelompok Kontrol.....</u> | <u>43</u> |
| <u>Tabel 4. 3Hasil Data Postest Melakukan Tes Pukulan Lob Sebanyak10x Percobaan Kelompok Eksperimen</u> | <u>44</u> |
| <u>Tabel 4. 4Hasil Data Postest Melakukan Tes Pukulan Lob Sebanyak10x Percobaan Kelompok Kontrol.....</u> | <u>46</u> |
| <u>Tabel 4. 5Hasil Data Selisih Tes Pukulan Backhand Lob Overheadkelompok Eksperimen.....</u> | <u>47</u> |
| <u>Tabel 4. 6Hasil Data selisih Tes Pukulan backhand Lob overheadKelompok Kontrol</u> | <u>48</u> |
| <u>Tabel 4. 7Data Rata-Rata Kelompok Eksperimen</u> | <u>49</u> |
| <u>Tabel 4. 8 Data Rata-Rata Kelompok Kontrol.....</u> | <u>50</u> |
| <u>Tabel 4. 9 Descriptive Statistic</u> | <u>52</u> |
| <u>Tabel 4. 10 Test Of Normality</u> | <u>53</u> |
| <u>Tabel 4. 11 Test Of Homogeneity Of Variances.....</u> | <u>54</u> |
| <u>Tabel 4. 12 Paired Samples Test.....</u> | <u>55</u> |
| <u>Tabel 4. 13 Hasil Analisis Uji t.....</u> | <u>57</u> |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|-----------|
| <u>Gambar 2. 1 Teknik pukulan backhand overhead</u> | <u>20</u> |
| <u>Gambar 2. 2 Arah pukulan Overhead Lob</u> | <u>21</u> |
| <u>Gambar 2. 3 Overhead Lob</u> | <u>22</u> |
| <u>Gambar 2. 4 Daerah Sasaran Pukulan Backhand Overhead Lob.....</u> | <u>22</u> |
| <u>Gambar 2. 5 Ukuran Lapangan Badminton</u> | <u>23</u> |
| <u>Gambar 3. 1 Ordinal Pairing.....</u> | <u>33</u> |
| <u>Gambar 3. 2 Tes Kemampuan Lob.....</u> | <u>35</u> |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----------|
| <u>Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Penelitian</u> | <u>66</u> |
| <u>Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian</u> | <u>67</u> |
| <u>Lampiran 3 Pengambilan data tes Backhand Lob Overhead</u> | <u>68</u> |
| <u>Lampiran 4 SPSS.....</u> | <u>70</u> |
| <u>Lampiran 5 Berita Acara Ujian Skripsi</u> | <u>71</u> |
| <u>Lampiran 6 Berita Acara Bimbingan Skripsi.....</u> | <u>72</u> |
| <u>Lampiran 7 Format Revisi Skripsi.....</u> | <u>73</u> |