

**KONTRIBUSI KEKUATAN TANGAN TERHADAP HASIL LOB PADA ATLET
YANG MENGIKUTI CLUB BULUTAGKIS**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan



Oleh:

ABDUL KHALID

41182191170031

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Kontribusi Kekuatan Tangan Terhadap Hasil Lob Pada Atlit Yang Mengikuti Club Bulutagkis Pelita Bangsa” telah disetujui dan disahkan oleh Dewan Pembimbing Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam “45” Bekasi.

Pembimbing



LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul: “Kontribusi Kekuatan Tangan Terhadap Hasil Lob Pada Atlit Yang Mengikuti Club Bulutagkis Pelita Bangsa” telah disetujui dan disahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.

Hari : Kamis

Tanggal : 09 Februari 2023

Susunan Dewan Penguji	
Ketua	: Yudi Budianti, M.Pd
Sekretaris	: Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO
Penguji I	: Dr. Dindin Abidin, M.Si
Penguji II	: Aisyah Kemala, M. Pd
Penguji III	: Tatang Iskandar, M. Pd

C:\Users\USER PC\Pictures\2023-03-12 p\p 001.jpg

Bekasi, 09 Februari 2023
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam “45” Bekasi


Yudi Budianti, M.Pd

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Abdul Khalid

NPM : 41182191170031

Fakultas : Fakultas Keguruan Ilmu dan Pendidikan

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Perguruan Tinggi : Universitas Islam “45” Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain.

Saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam hasil karya saya sendiri ini atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi yang saya buat



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto: “Banyak kegagalan dalam hidup ini dikarenakan orang-orang tidak menyadari betapa dekatnya mereka dengan keberhasilan saat mereka menyerah,”

Persembahan:

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

- Kedua Orang Tua Bapak hartono dan Ibu syuryati yang selalu mendoakan, mendukung, dan memberi kasih sayang terhadap keluarga.
- Teman-teman Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam “45” Bekasi angkatan 2017.
- Almamater Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam “45” Bekasi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan lebih lanjut. Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mrenjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan penelitian selanjutnya agar menjadi lebih baik

Bekasi, 09 Februari 2023

Yang menyatakan

Abdul Khalid

Abstrak

Abdul Khalid, 41182191170031: “Kontribusi Kekuatan Tangan Terhadap Hasil Lob Pada Atlit Yang Mengikuti Club Bulutangkis Pelita Bangsa”.

Permainan bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat dan merupakan cabang olahraga yang menjadi kebanggaan bangsa Indonesia, karena olahraga ini menjadi peraih medali dalam penyelenggaraan Olimpiade dan setiap tahunnya selalu memberikan prestasi yang sehingga harus dipertahankan dan ditingkatkan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk pengaruh kekuatan tangan terhadap hasil pukulan lob pada atlit yang mengikuti club.

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah menggunakan korelasi. Populasi adalah totalitas semua nilai mungkin, baik hasil menghitung maupun pengukuran kuantitatif atau kualitatif daripada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap dan jelas.

Hasil penelitian, a. Terdapat hubungan kekuatan otot lengan dengan kemampuan pukulan lob, b. permainan bulu tangkis. kekuatan otot lengan yang baik lebih mudah untuk mengontrol tembakan dengan cara yang diinginkan dan c. Semakin baik kekuatan semakin baik kemampuan lob, karena kekuatan lob diperlukan untuk menerapkan teknik lob to hand yang baik, serta mendukung keberhasilan pukulan lob.

Kata kunci: *kontribusi, kekuatan tangan, kemampuan lob*

Abstract

Abdul Khalid, 41182191170031: "The Contribution of Hand Strength to Lob Results in Athletes Participating in the Pelita Bangsa Badminton Club".

The game of badminton is one of the sports that is very popular with the community and is a sport that is the pride of the Indonesian nation, because this sport has become a medalist in organizing the Olympics and every year it always gives achievements which must be maintained and improved. The purpose of this study was to determine the influence of hand strength on the results of lob shots in athletes participating in clubs.

The research method in this study is to use correlation. Population is the totality of all possible values, both the result of counting and quantitative or qualitative measurements of certain characteristics regarding a complete and clear set of objects.

Research results, a. There is a relationship between arm muscle strength and lob hitting ability, b. badminton game. good arm muscle strength makes it easier to control the shot in the desired way and c. The better the power, the better the lob ability, because lob power is needed to apply a good lob to hand technique, as well as support the success of lob shots.

Keywords: *contribution, hand strength, lob ability*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena berkat Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat beserta salam semoga senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada skeluarganya, para sahabatnya hingga pada umatnya hingga akhir zaman, aamiin.

Penulis skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh Sarjana pada Program Pendidikan Olahraga dan Kesehatan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Islam “45” Bekasi. Judul yang penulis ajukan adalah “Kontribusi Kekuatan Tangan Terhadap Hasil Lob Pada Atlit Yang Mengikuti Club Bulutagkis Pelita Bangsa”.

Penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Hermanto, Drs., M.M., M.Pd selaku Rektor Unisma.
2. Ibu Yudi Budianti, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Islam “45” Bekasi.
4. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., yang telah membimbing dan meluangkan waktu,

tenaga dan pikiran disela-sela kesibukannya untuk memberikan bimbingan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak / Ibu dosen serta Staff Tata Usaha FKIP Unisma “45” Bekasi.
6. Kedua orang tua yang selalu mendukung baik moril dan materiil dan atas jasanya, kesabaran, do’a dan tidak pernah lelah dalam mendidik dan memberi cinta yang tulus dan ikhlas kepada penulis semenjak kecil.
7. Kakak tercinta yang telah banyak memberikan dorongan, semangat, kasih sayang dan bantuan baik secara moril maupun materiil demi kelancarannya penyusunan skripsi ini.
8. Teman-teman semua atas kebersamaan dan bantuan yang berarti bagi penulis.
9. Semua pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya, saran dan kritik yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Akhir kata, hanya kepada Allah SWT penulis serahkan segalanya mudah-mudahan dapat bermanfaat khususnya bagi penulis umumnya bagi kita semua.

Bekasi, 09 Februari 202

Penyusun

Abdul Khalid

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Dan Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Spesifikasi Produk.....	5
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
A. Permainan Bulutangkis	8
1. Definisi Bulutangkis	8
2. Hakikat Permainan Bulu Tangkis	8
B. Teknik Dasar Permainan Bulu Tangkis	10
1. Pegangan Raket (Grip).....	10

2. Teknik Dasar	13
C. Hakikat Lob Tinggi Bulu Tangkis	15
D. Hakikat Permainan	15
E. Penelitian yang Relevan	19
F. Kerangka Berpikir	20
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	23
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	23
C. Desain Penelitian	24
D. Variabel Penelitian	26
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	28
F. Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	37
B. Pembahasan	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	45
B. Implikasi	45
C. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN – LAMPIRAN	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Forehand Grip	9
Gambar 2.2. Backhand Grip.....	10
Gambar 2.3. American Grip.....	10
Gambar 2.4. Servis Pendek	12
Gambar 2.5. Servis Panjang.....	12
Gambar 3.1. Desain Penelitian.....	23
Gambar 3.2. Lapangan untuk Pelaksanaan tes Lob	27