

**TINGKAT KEMAMPUAN DASAR MEMUKUL LOB PERMAINAN  
BULUTANGKIS SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER  
DI SD NEGERI SUROJOYO KECAMATAN  
CANDIMULYO KABUPATEN  
MAGELANG TAHUN 2014**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

Febry Kusuma Bangkit  
11601247129

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2014**

**TINGKAT KEMAMPUAN DASAR MEMUKUL LOB PERMAINAN  
BULUTANGKIS SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER  
DI SD NEGERI SUROJOYO KECAMATAN  
CANDIMULYO KABUPATEN  
MAGELANG TAHUN 2014**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

Febry Kusuma Bangkit  
11601247129

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2014**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Tingkat Kemampuan Memukul Lob Siswa Peserta Ekstrakurikuler SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang Tahun 2014” yang disusun oleh Febry Kusuma Bangkit, NIM 11601247129 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 25 November 2014 dan dinyatakan lulus.

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. R. Sunardianta, M.Kes	Ketua Penguji		17/12/2014
Fathan Nurcahyo, M.Or	Sekretaris Penguji		17/12/2014
Drs. AM. Bandi Utama, M.Pd	Penguji I (Utama)		17/12/14
Drs. F. Suhardjana, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		17/12/2014

Yogyakarta, Desember 2014  
Fakultas Ilmu Keolahragaan



  
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 196008241986011001

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “ **Tingkat Kemampuan Dasar Memukul Lob dalam Permainan Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler di SD Negeri Surojyo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang.**” yang disusun oleh Febry Kusuma Bangkit NIM 11601247129, ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 4 September 2014  
Dosen Pembimbing



R. Sunardianta, M.Kes  
NIP. 19581101 198603 1 002

## 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 tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan Dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 4 September 2014  
Yang menyatakan,



Febry Kusuma Bangkit  
NIM 11601247129

## MOTTO

1. Mendekatkan diri dengan Sang Pencipta alam, merenungkan ciptaanNya. Menjadikan jiwa tetap tenang dan semangat menjalani hidup. Senantiasa berfikir positif, sehingga mampu bangkit dan kembali menemukan titik terang dalam menjalani hidup.

(Penulis)

2. Apapun yang telah kita dapatkan syukuri dengan hati jangan pernah kecewakan Sang Maha Pemberi.

(Penulis)

3. Biarkan hidup seperti air mengalir, Tuhan tidak akan membawa hambanya sejauh ini, kalau hanya untuk ditinggalkan begitu saja ditengah jalan.

(Penulis)

4. Didalam kesulitan masih terdapat kemudahan untuk mencapai suatu tujuan, serta mewujudkan mimpi tidak dengan usaha yang biasa, tapi dengan usaha yang sangat luar biasa.

(Penulis)

## **PERSEMBAHAN**

Karya yang amat sederhana ini dipersembahkan kepada:

1. Ayahku Sugiyarto dan Ibu Duk Ambar, orang tua tercinta yang selalu mendoakan serta memberikan dorongan dan semangat, berkorban secara moral dan materi tanpa mengenal lelah.
2. Saudara-saudaraku, para sahabat, teman-teman, serta Afrina Indrawati yang tersayang yang selalu memberikan motivasi semangat untuk terus maju.

**TINGKAT KEMAMPUAN DASAR MEMUKUL LOB PERMAINAN  
BULUTANGKIS SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER  
DI SD NEGERI SUROJOYO KECAMATAN  
CANDIMULYO KABUPATEN  
MAGELANG TAHUN 2014**

Oleh:

**Febry Kusuma Bangkit  
NIM 11601247129**

**ABSTRAK**

Permasalahan dalam penelitian ini yaitu belum diketahui kemampuan dasar memukul lob permainan bulutangkis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Kemampuan Dasar Memukul Lob dalam Permainan Bulutangkis Siswa Peserta Ekstrakurikuler di SD Negeri Surojoyo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survei teknik pengambilan data. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Surojoyo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang. Instrumen yang digunakan adalah tes kemampuan memukul lob dari Barry L Johnson, dengan validitas 0,6 dan reliabilitas sebesar 0,96. Teknik analisis data penelitian menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat kemampuan dasar memukul lob siswa putra dengan kategori sangat tinggi 55,6%, tinggi 0%, sedang 11,1%, rendah 0%, sangat rendah 33,3%. Tingkat kemampuan memukul lob siswa putri dengan kategori sangat tinggi 54,5%, tinggi 9%, sedang 9%, rendah 0%, sangat rendah 27,5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan dasar memukul lob siswa peserta SD Negeri Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang termasuk kategori tinggi.

Kata Kunci : *Kemampuan Dasar Memukul Lob, Bulutangkis, Ekstrakurikuler*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah, atas segala limpahan kasih dan karunia-Nya, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul **“Tingkat Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang Tahun 2014”** dimaksudkan untuk mengetahui memukul lob siswa siswa Ekstrakurikuler SD Negeri Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang.

Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini bermaksud menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan melanjutkan studi di FIK UNY.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNY yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Bapak Drs. Sriawan, M. Kes, selaku Ketua Prodi PGSD Penjas FIK UNY yang telah memberikan masukan-masukan dalam penulisan skripsi.

5. Bapak Drs.R. Sunardianta, M.Kes, selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi selama penyusunan skripsi.
6. Bapak Ermawan Susanto, M.Pd selaku Penasihat Akademik yang telah memeberi masukan dan motivasi.
7. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
8. Bapak dan Ibu Staf Karyawan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bantuannya.
9. Ibu Sri Upami, S.pd.SD selaku Kepala Sekolah SD Negeri Surojoyo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang yang telah memberikaan ijin penelitian.
10. Rekan-rekan Mahasiswa PKS FIK angkatan 2011 yang telah memberi dukungan dan motifasi dalam penelitian ini.
11. Siswa SD Negeri Surojoyo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Yogyakarta, 4 september 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

### Halaman

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Deskripsi Teori.....	9
1. Hakikat Bulutangkis .....	9
2. Hakikat Permainan Bulutangkis .....	9
3.Hakikat Pukulan Lob .....	35
4.Karakteristik Siswa Sekolah Dasar .....	41
5. Hakikat Ekstrakurikuler .....	43
B. Penelitian yang Relevan .....	45
C. Kerangka Berfikir .....	46
BAB III. METODE PENELITIAN .....	48
A. Desain Penelitian .....	48
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	48
C. Populasi Penelitian.....	48

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	49
E. Teknik Analisis Data.....	50
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	52
A. Diskripsi Data Penelitian .....	52
B. Hasil Penelitian .....	52
C. Pembahasan.....	56
BAB V. KESIMPULAN, DAN SARAN .....	58
A. Kesimpulan .....	58
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	58
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	58
D. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA .....	61
LAMPIRAN.....	63

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rumus Pengelompokan 5 Kategori.....	51
Tabel 2. Distribusi Norma Penilaian Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putra ...	53
Tabel 3. Distribusi Norma Penilaian Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putri .....	54

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ukuran Lapangan Bulutangkis.....	10
Gambar 2. Cara memegang raket model <i>american grip</i> .....	13
Gambar 3. Cara memegang raket model <i>forehand grip</i> .....	15
Gambar 4. Cara memegang raket model <i>backhand grip</i> .....	16
Gambar 5. Cara memegang raket model <i>combination grip</i> .....	17
Gambar 6. Cara melakukan gerakan <i>footwork</i> .....	19
Gambar 7. Salah satu sikap posisi .....	20
Gambar 8. Sikap posisi <i>Hitting Position</i> .....	21
Gambar 9. Cara memukul <i>service</i> .....	22
Gambar 10. Salah satu gerakan dalam pengembalian <i>service</i> .....	23
Gambar 11. <i>Overhead</i> dari bawah (pukulan dari bawah) .....	24
Gambar 12. Pukulan <i>overhead clear/lob</i> .....	25
Gambar 13. Salah satu pukulan <i>round the head clear</i> .....	27
Gambar 14. Pukulan <i>smash</i> .....	28
Gambar 15. Cara melakukan pukulan <i>dropshot</i> .....	29
Gambar 16. Salah satu <i>netting</i> .....	30
Gambar 17. Pengembalian <i>smash (return smash)</i> .....	32
Gambar 18. Pukulan <i>backhand overhead</i> .....	33

Gambar 19. Memukul <i>drive</i> .....	34
Gambar 20. Salah satu pukulan <i>lob</i> .....	41
Gambar 21. Lapangan Tes Kemampuan Memukul Lob .....	50
Gambar 22. Diagram kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putra .....	53
Gambar23. Diagram Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putri.....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Pengesahan.....	64
Lampiran 2. Permohonan Ijin Penelitian .....	65
Lampiran 3. Surat Keterangan dari Kepala Sekolah.....	66
Lampiran 4. Diskripsi Penelitian Siswa Putra .....	67
Lampiran 5. Frekuensi Tabel Siswa Putra .....	68
Lampiran 6. Diskripsi Penelitian Siswa Putri .....	69
Lampiran 7. Frekuensi Tabel Siswa Putri .....	70
Lampiran 8. Dokumentasi .....	71
Lampiran 9. Data Hasil Pukulan lob.....	73

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Bulutangkis adalah bentuk permainan yang dilakukan oleh dua orang dalam permainan tunggal, atau empat orang dalam permainan ganda. Peralatan yang digunakan adalah rangkaian bulu yang ditata dalam sepotong gabus sebagai bolanya, dan raket sebagai alat pemukulnya, di atas sebidang lapangan. Inti permainannya adalah memasukkan bola dibidang lapangan berukuran panjang 13,40 meter dan lebar 6,10 meter lawan yang dibatasi oleh jaring setinggi 1,55 meter dari permukaan lantai, dengan memukulkan raket atas dasar peraturan tertentu.

Sisi prestasi, permainan bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang menjadi andalan bangsa Indonesia di dunia internasional. Artinya, Indonesia memiliki sejarah pencapaian prestasi yang cukup baik dalam dunia bulutangkis, Pencapaian prestasi ini merupakan hasil dari pembinaan atlet yang panjang, mulai dari pembibitan sampai pembinaan yang intensif.

Perkembangan bulutangkis di indonesia tidak dapat dipisahkan dengan perkembangan bangsa Indonesia, sejak masa sebelum revolusi fisik, gerakan kemerdekaan, sampai dengan periode pembangunan masa orde baru dewasa ini. Orang Belanda membawa cabang olahraga ini, serta pelajar-pelajar Indonesia yang pulang belajar dari luar negeri, dengan cepat menjadikan cabang olahraga ini digemari masyarakat. Pada tahun empat puluhan, cabang ini telah masuk pada setiap pelosok masyarakat.

Tepatnya tanggal 5 Mei 1951, Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia terbentuk dan disingkat dengan PBSI di kota BANDUNG. Pertandingan kompetisi yang teratur, dalam tujuh tahun telah membuahkan hasil yang positif yakni merebut *Thomas cup*, lambang supremasi dunia bulutangkis. Hampir tidak masuk akal menurut pertimbangan ilmiah, Bangsa yang baru saja hancur karena perang kemerdekaan ternyata masih mampu meraih prestasi gemilang didunia Internasional.

Partai yang dimainkan didalam permainan bulutangkis ada lima yaitu, tunggal putra, tunggal putra, ganda putra, ganda putri, ganda campuran. Tunggal putra, ganda putra, ganda putri, dan ganda campuran memakai skor bulutangkis sistem pemenang dua set dari tiga set yang masing-masing diraih mencapai 15 poin. Tunggal putri biasanya memakai sistem pemenang dua set dari tiga set yang masing-masing diraih mencapai 11poin. Tetapi mulai 1 Februari 2006 IBF menerapkan skor baru, yaitu sistem *rally point* 21 dalam 3 *game*, yang diterapkan dalam sebuah partai. Perubahan skor ini merupakan sebuah revolusi, karena sistem lama sudah bertahan puluhan tahun, bahkan satu abad lebih. Karena itu bnyak implikasi akibat penerapan skor baru tersebut dan pemain membutuhkan penyesuaian yang lama untuk menjadi terbiasa dengannya.

Permainan bulutangkis merupakan cabang olahraga yang memasyarakat dan juga diajarkan di SD, sesuai dengan kurikulum agar kegiatan pembinaan olahraga cabang bulutangkis berjalan dengan baik, maka perlu dilakukan peningkatan kualitas dan kuantitas yang mendukung kegiatan tersebut, yang

meliputi sumber daya manusia (pelatih), sarana dan prasarana, dan jadwal pelatihan.

Memang kenyataan yang ada belum semua SD menyelenggarakan pembelajaran bulutangkis. Hal ini disebabkan oleh berbagai hal, antara lain belum tersedianya sarana dan prasarana yang memadai, biaya, guru (pelatih), dan tidakseimbanganya jumlah sarana dan prasarana dengan jumlah keefektifan siswa untuk menguasai teknik permainan tersebut. Padahal jika latihan bulutangkis dilaksanakan dengan baik, tidak mustahil akan menciptakan siswa yang berkemampuan bermain bulutangkis, terlebih lagi olahraga permainan buutangkis di tingkat SD khususnya di Kabupaten Magelang peminannya masih belum sebanyak kota-kota lain, sehingga berpeluang untuk berprestasi kurang tinggi.

Ekstrakurikuler bulutangkis di SD Negeri Surojoyo Magelang masih terbatas untuk siswa kelas atas. Pembelajaran bulutangkis tersebut selama ini masih belum didukung sarana dan prasarana yang cukup memadai. Misalnya lapangan masih berada diluar ruangan sehingga apabila hujan akan mengganggu proses jalannya latihan. Latihan hanya menggunakan satu lapangan bulutangkis, sehingga siswa harus bergantian saat melakukan permainan. Raket yang ada disekolah hanya berjumlah 8 raket sepenuhnya tidak dalam keadaan berkondisi bagus dan *shuttlecock* yang digunakan hanya ada satu slop yang berisi 12 belas kok dimana kok tersebut apabila sehabis bermain tidak diganti dengan yang baru atau masih bisa dipakai bekas dan belum sesuai dengan jumlah siswa. siswa kebanyakan masih meminjam raket

milik sekolah dikarenakan siswa belum mempunyai sendiri-sendiri raket tersebut, dalam kegiatan ekstrakurikuler pelatih atau guru harus meminjam atau menambah raket agar latihan Ekstrakurikuler berjalan dengan baik dan lancar. Dalam mengajar bulutangkis di SD ini guru terkendala dengan beberapa hal salah satunya adalah raket tersebut dan yang lain adalah lapangan yang ditempati karena lapangan bulutangkis masih diluar (*outdoor*) dimana saat mengajar hembusan angin dapat mempengaruhi keberlangsungan pengajaran bulutangkis. Meskipun demikian pembelajaran bulutangkis tetap berlangsung dan siswa pun tetap antusias mengikuti.

Ekstrakurikuler SD Negeri Surojoyo diampu oleh guru penjaskes sendiri yaitu ibu Ambar. Jadwal latihan bulutangkis dilaksanakan pada hari Jumat dan Sabtu pada pukul 15.00-16.30 WIB. Program latihan yang dilaksanakan belum sistematis karena anak langsung bermain tanpa di dahului latihan teknik sehingga pukulan lob anak masih bervariasi. Pukulan lob dipengaruhi oleh *shuttlecock* yang dipakai dalam latihan tidak diganti dengan yang baru, dilapangan luar *shuttlecock* dapat berganti arah dengan sendirinya karena hembusan angin, serta saat pengambilan penelitian pukulan lob di pengaruhi oleh ketepatan siswa dalam memukul lob.

Target dalam pembelajaran bulutangkis siswa kelas atas adalah siswa diharapkan tidak hanya mengetahui macam-macam olahraga akan tetapi dapat memainkan dan menguasai teknik permainan. Dalam permainan bulutangkis terdapat beberapa teknik dasar pukulan yang meliputi, *Forehand*, *Backhand*,

*Underhand, Overhead, Clear/Lob, Round the Head Clear, Smash, Dropshot, Netting, Return Smash, Backhand Overhead, Drive.*

Teknik penting dalam permainan bulutangkis adalah pukulan Lob. Tujuan pukulan lob dari bawah maupun dari atas adalah untuk menyerang, pukulan lob atau pukulan panjang merupakan salah satu ketrampilan yang sangat penting dalam dalam permainan bulutangkis. Kemampuan ini diperuntukan untuk menyerang ke belakang lapangan lawan. Kelemahan dalam pembelajaran bulutngkis ini bagi siswa adalah siswa biasanya mengalami kesulitan untuk melakukan pukulan lob sampai jauh ke belakang dan pukulan siswa masih terlalu lemah jadi bola yang dipukul masih kurang terlalu tinggi arah lengkungan *shuttlecock* ke daerah lawan. Sebaliknya pemain yang telah terlatih atau atlet akan memiliki kekuatan atau *timing* yang lebih stabil dalam melakukan pukulan lob. Pukulan lob biasa dengan cara *shuttlecock* dipukul didepan atas kepala dengan mengayunkan raket kedepan atas dan meluruskan seluruh lengan kemudian lecutkan pergelangan tangan kedepan. Pukulan lob dapat dilakukan baik dari bawah(*underheadlob*) maupun dari atas kepala. Pukulan lob merupakan yang sangat penting bagi pola pertahanan (*defensif*) maupun penyerangan (*offensif*).

Pukulan lob akan membantu siswa untuk menyerang gerakan lawan. Selain itu, pukulan lob yang bagus juga akan menyulitkan dan menguras tenaga lawan. Oleh karena itu, dari beberapa teknik dasar yang ada penulis tertarik untuk mengadakan tentang penelitian tentang teknik dasar pukulan lob. Karena pukulan lob sangat sering digunakan dalam permainan bulutangkis.

Berdasarkan penelitian yang akan dilakukan adalah untuk mengetahui kemampuan melakukan pukulan lob dalam permainan bulutangkis Siswa Kelas Atas SD Negeri Surojoyo, Magelang dalam permainan bulutangkis.

## **B. Identifikasi Masalah**

Sesuai dengan latar belakang permasalahan di atas maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Pukulan lob siswa SD Negeri Surojoyo, Magelang rata-rata kurang sampai kebelakang.
2. Pukulan lob siswa kelas atas SD Negeri Surojoyo, Magelang dalam permainan bulutangkis kurang tinggi.
3. Belum pernah dilaksanakan penelitian tentang kemampuan dasar memukul lob dalam permainan bulutangkis di SD Negeri Surojoyo
4. Kelengkapan sarana dan prasarana permainan bulutangkis di SD Negeri Surojoyo, Magelang masih kurang.
5. Tingkat kemampuan dasar memukul lob dalam permainan bulutangkis SD Negeri Surojoyo masih bervariasi dan belum diketahui hasilnya maka dilakukan observasi.

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar permasalahan tidak terlalu meluas dan agar lebih fokus maka penelitian ini dibatasi pada masalah Tingkat kemampuan dasar lob siswa kelas atas di SD Negeri Surojoyo, Magelang, peserta Ekstrakurikuler disekolah.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah akan lebih jelas arah dalam penelitian ini maka perlu dirumuskan masalah sebagai berikut: “bagaimana tingkat kemampuan dasar pukulan lob siswa kelas atas SD Negeri Surojoyo, Magelang dalam permainan bulutangkis tahun pelajaran 2013/2014?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat kemampuan dasar pukulan lob siswa kelas atas SD Negeri Surojoyo, Magelang dalam permainan bulutangkis.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Dengan penelitian ini diharapkan bermanfaat dan dapat memberikan informasi:

##### 1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti, sebagai bahan evaluasi bagi guru dan sekolah, serta sebagai sumbangan demi upaya peningkatan program sekolah khususnya pembelajaran permainan bulutangkis bagi siswa.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Guru Olahraga

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi guru olahraga khususnya dalam permainan bulutangkis di antaranya:

- 1) Sebagai salah satu informasi bagi guru tentang kualitas pukulan lob siswa SD.

- 2) Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan tentang model pembelajaran dan pelatihan bulutangkis di sekolah.

b. Bagi siswa

- 1) Sebagai motivasi bagi siswa untuk bersemangat dalam meningkatkan kualitas pukulan lob dalam permainan bulutangkis.
- 2) Mengetahui kemampuan dasar pukulan lob siswa sehingga siswa lebih bersungguh-sungguh dalam berlatih.

c. Bagi Masyarakat

- 1) Memberi pengetahuan dan masukan bagi orang tua dan masyarakat tentang pentingnya pukulan lob dalam permainan bulutangkis.
- 2) Meningkatkan semangat masyarakat untuk berlatih bulutangkis pada umumnya dan teknik lob pada khususnya.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Diskripsi Teori**

#### **1. Hakikat Bulutangkis**

##### **a. Hakikat Permainan Bulutangkis**

Sejarah bulutangkis menurut Herman Subardjah (2000: 1) bahwa permainan bulutangkis hingga saat ini belum diketahui secara pasti. Dari beberapa literatur diperoleh keterangan bahwa permainan bulutangkis pertama kali dimainkan di india dengan nama “*POONA*”.

Alat dan fasilitas yang digunakan dalam permainan bulutangkis adalah :

##### 1). Alat Pemukul ( Raket )

Alat pemukul ( raket ) untuk permainan bulutangkis terbuat dari macam bahan : alumunium, grafit, dan karbon. Ditengah daun raket terdapat jaring yang terbuat dari senar berupa tali plastik sintetis. Raket memiliki standart ukuran panjang 66-68 cm dan lebar kepala 22 cm. Untuk raket karbon beratnya 85 gram.

##### 2). Kok ( *Shuttlecock* )

Terbuat dari bulu angsa atau bulu ayam buatan pabrik yang memiliki standar yang sudah ditentukan IBF. Berat kok sekitar 5,67 gram. Bulu ayam atau bulu angsa menancap pada gabus yang dibungkus kulit berwarna putih berjumlah 14-16 buah diikat dua tali. Panjang kok 8,8 cm diukur dari kepala kok (dop) hingga ujung daun bulu. Panjang batang hingga daun kok 6,5 cm sedangkan panjang dob 2,3 cm.

### 3). Seperangkat Jaring (Net)

Net merupakan pembatas berupa jaring yang membentang antara dua bidang permainan dan diikatkan pada tiang. Tinggi net ditengah lapangan adalah 152 cm dari permukaan lapangan. Sedangkan dibagian tepi pada kedua tiang dipasang dengan ketinggian 155 cm.

### 4). Lapangan

lapangan bulutangkis dapat dibuat di atas tanah, namun saat ini kebanyakan dibuat di atas lantai semen atau ubin. garis batas lapangan dapat dibuat dengan warna putih dan warna lainnya. Lebar garis batas lapangan adalah 40mm. Lapangan bulutangkis berukuran 610X 1340 cm yang dibagi kedalam bidang-bidang masing dua sisi berlawanan.



Gambar 1. Ukuran lapangan bulutangkis

Nilai atau point diberikan kepada lawan apabila :

- Service* gagal
- Pukulan jatuh keluar lapangan yang dinyatakan out
- Tidak dapat mengembalikan pukulan
- Shuttlecock* tidak melewati net

Permainan bulutangkis merupakan permainan yang bersifat individual yang dapat dilakukan dengan cara satu orang melawan satu orang yang disebut permainan perorangan dan dapat juga dilakukan dua orang melawan dua orang atau yang disebut permainan ganda. Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pemukul dan kok sebagai objek pukul, lapangan permainan berbentuk segi empat dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri dan permainan lawan.

Tujuan permainan bulutangkis adalah berusaha menjatuhkan kok di daerah permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak memukul kok dan menjatuhkannya di daerah permainan kita. Permainan dapat berlangsung yang dimulai dengan *service*. Pada saat permainan berlangsung, masing-masing pemain harus berusaha agar kok tidak menyentuh lantai di daerah permainan sendiri. Apabila kok jatuh di lantai atau menyangkut di net maka permainan terhenti.

#### **b. Teknik Dasar Bulutangkis**

Menurut Sahri Alhusin, (2007 :25-26) agar bisa bermain bulutangkis, seorang harus menguasai teknik dasar seperti: bisa memukul kok, baik dari atas maupun dari bawah. Jenis-jenis pukulan yang harus dikuasai adalah *service, lob, dropshot, Smash, net ting, overhead, dan Drive*. Kesemua jenis pukulan tersebut harus dilakukan dengan menggunakan *Grip* dan *footwork* yang benar.

## 1). Pegangan Raket (Grip)

Dalam buku PBSI (1978:32) pada dasarnya, dikenal beberapa cara pegangan raket. Namun, hanya dua bentuk pegangan yang sering digunakan dalam praktek, yaitu cara memegang raket *forehand* dan *backhand*. Semua jenis pukulan dalam bulutangkis dilakukan dengan kedua jenis pegangan ini.

Dua macam cara memegang raket di atas, pada kenyataannya digunakan secara bergantian sesuai situasi dan kondisi permainan. Untuk tahap awal para pemula biasanya diajarkan cara memegang *forehand* terlebih dahulu, kemudian baru *backhand*.

Pada akhirnya untuk pemain yang sudah terampil akan terlihat pegangan raketnya hanya satu grip. Ini terjadi karena pergeseran pegangan tangan dari *forehand* ke *backhand* dan sebaliknya hanya sedikit dan terjadi secara otomatis.

Pegangan raket yang benar, dan memanfaatkan tenaga pergelangan tangan pada saat memukul kok, dapat meningkatkan mutu pukulan dan mempercepat laju jalannya kok. ini berarti, telah menggunakan tenaga secara lebih efisien namun efektif. Itulah sebabnya, sejak dini peserta latihan harus membiasakan memukul kok dengan menggunakan tenaga pergelangan tangan (tenaga pecut).

## 2). Jenis Pegangan Raket

Cara memegang raket dapat dilakukan berbagai model. Cara memegang raket dapat dibedakan menjadi empat jenis pegangan yakni:

### a). *American Grip*

Menurut Sumarno (2003:4.37), letakkan raket dilantai, kemudian ambil dan peganglah pada ujung tangkainya (*handle*) seperti memegang pemukul kasur, bagian tangan antara ibu jari dan jari telunjuk menempel pada permukaan tangkai yang luas. Permukaan raket sejajar dengan lantai. Keuntungan *American Grip* sangat efektif untuk pukulan *Smash* didepan *net* atau mengambil bola diatas *net* dengan cara mentip-kan kebawah secara tajam.

Sedangkan menurut Herman Subardjah (2000:22) dipegang dengan bagian tangan antara ibu jari dan telunjuk menempel pada bagian permukaan raket yang gepeng. Dikalangan masyarakat pegangan ini disebut pegangan gebuk kasur.



Gambar 2. Cara memegang raket model *american grip*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan

### b). *Forehand Grip*

Menurut Sahri Alhusin, (2007 :27), Cara untuk memperoleh pegangan *Forehand Grip*, letakkan raket diatas lantai secara miring

kemudian peganglah dengan cara, bagian tangan antara ibu jari telunjuk menempel pada permukaan tangkai yang sempit. Raket dipegang tanpa diubah-ubah. Yang perlu diperhatikan adalah ibu jari tidak melebihi dan tidak kurang dari ibu telunjuk.

Keuntungan posisi tangan *Forehand Grip* adalah :

1. Terasa aman karena raket dipegang dengan seluruh telapak tangan, pegangan kuat dan tidak mudah lepas.
2. Pemain tidak perlu memutar-mutar pegangan raket, karena kesalahan menempatkan posisi daun raket terhadap bola lebih kecil.
3. Memudahkan pukulan bola yang datangnya ke sebelah kanan badan.

Kerugian posisi tangan *Forehand Grip*

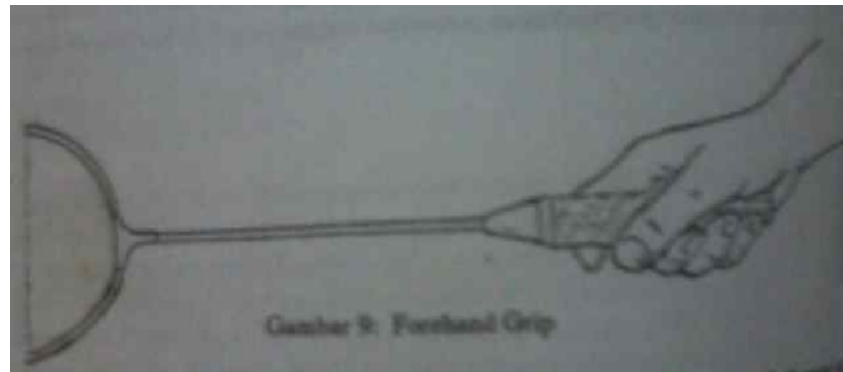
1. Oleh karena posisi tidak berubah-ubah, maka untuk melakukan pukulan *backhand* jenis pegangan ini memerlukan kekuatan pergelangan tangan atau kekuatan sendi bahu yang besar dan juga harus latihan secara khusus.
2. Selain lemah dalam pukulan *backhand* juga lemah dalam menerkam bola didepan *net* .

Menurut Ick Sugiyarto, (1993:33), teknik pegangan *forehand* dilakukan ibu jari dan jari telunjuk menempel pada bagian permukaan pegangan yang sempit (sejajar dinding kepala raket). Yang perlu

diperhatikan dalam pegangan raket ini adalah letak ujung ibu jari tidak boleh melebihi dan tidak boleh melebihi jari telunjuk.

Keuntungan teknik pegangan *forehand* antaranya :

- a. Oleh karena raket dipegang dengan seluruh telapak tangan, maka pegangan akan lebih kuat dan tidak mudah lepas
- b. Memudahkan melakukan pukulan terhadap bola yang datangnya di sebelah kanan badan (*forehand*),
- c. Tidak perlu memutar pegangan yang disebabkan kesalahan menempatkan posisi kepala raket.



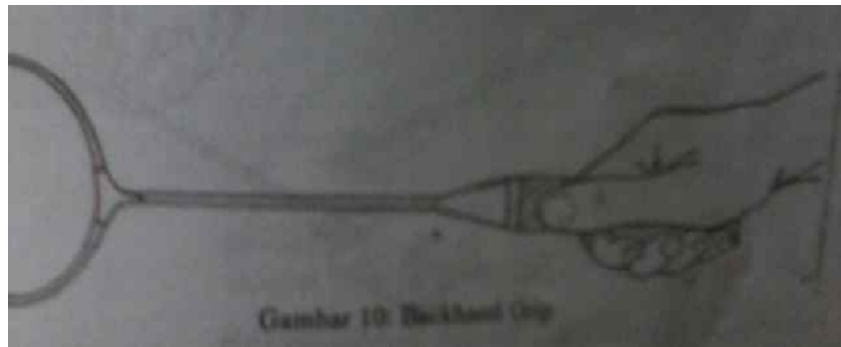
Gambar 3. Cara memegang raket model *forehand grip*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan

#### c) *Backhand Grip*

Menurut Sumarno,(2003:4.39) *backhand Grip* merupakan kelanjutan dari pegangan *forehand* yaitu dari *forehand grip* dapat beralih ke *backhand grip* dengan memutar raket seperempat putaran kekiri, namun posisi ibu jari tidak seperti *forehand grip* melainkan agak dekat dengan daun raket atau dengan ibu jari menempel pada tangki raket yang lebar.

Keuntungan pegangan ini adalah pukulan sulit untuk diterka, karena selain bolanya bisa keras juga terkontrol. Sedangkan kelemahannya adalah untuk mengembalikan bola *Smash* yang datangnya ke arah kanan badan.

Menurut Ick Sugiyarto (1993:34), pegangan *backhand* pemain dengan leluasa dapat mengembalikan bola yang datangnya di sebelah kiri badan. Sebaliknya kelemahan dari tekni pegangan ini, akan kesukaran dalam mengembalikan bola, terutama smash yang mengarah ke sebelah badan.



Gambar 4. Cara memegang raket model *backhand grip*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan

d). *combination Grip*

Menurut Sahri Alhusin (2007 :25-26), *Combination Grip* atau pegangan raket campuran adalah suatu cara memegang raket dengan cara mengubah pegangan raket sesuai datangnya bola dan jenis pukulan. Dengan cara pegangan *combination grip* ini pemain memiliki pukulan yang bervariasi dan sulit untuk dianalisis kelemahannya.

Menurut Ick Sugiyarto ( 1993:34), teknik pegangan kombinasi sering disebut pegangan jabat tangan,yaitu kombinasi antara teknik pegangan gebuk kasur dan teknik pegangan *forehand*. Teknik pegangan kombinasi hampir sama seperti pegangan *forehand*,tetapi setelah raket dimiringkan, pegangan raket dipegang seperti berjabat tangan. Teknik pegangan kombinasi ini merupakan salah satu cara pegangan yang paling efektif, karena pegangan raket sesuai dengan berbagai jenis datangnya bola. Oleh karena itu, dengan teknik pegangan kombinasi ini akan memiliki pukulan yang lengkap dan sulit dianalisis kelemahannya.



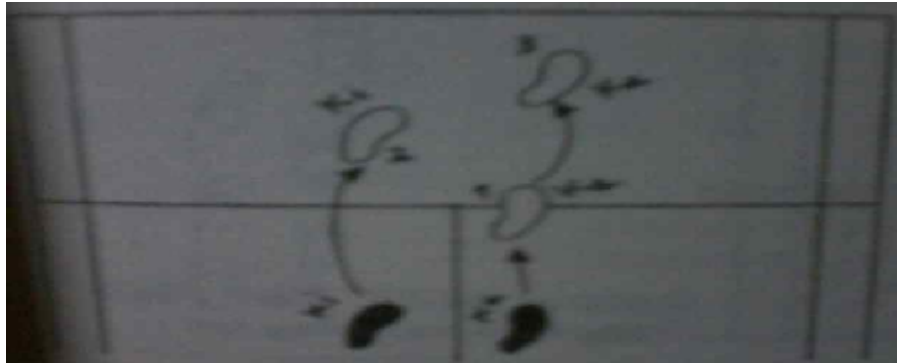
Gambar 5. Cara memegang raket model *combination grip*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan

### 3). *Footwork*

Dalam buku PBSI (1978:90) *footwork* merupakan dasar untuk bisa menghasilkan pukulan berkualitas, yaitu apabila dilakukan dalam posisi baik. Untuk bisa memukul dengan posisi baik, seorang atlet harus memiliki kecepatan gerak. Kecepatan gerak kaki tidak bisa dicapai kalau *footwork*-nya tidak teratur.

Menurut Herman Subardjah (2000:26), *footwork* adalah gerakan-gerakan langkah kaki yang mengatur badan untuk menempatkan posisi

badan sedemikian rupa sehingga memudahkan dalam melakukan gerakan memukul kok sesuai dengan posisinya.



Gambar 6. Cara melakukan gerakan *footwork*  
Sumber : Buku Strategi Mencapai Juara Bulutangkis

#### 4). Sikap dan Posisi

##### a. Sikap dan Posisi Kaki

Menurut Sahri Alhusin, (2007 :30-32) penempatan posisi kaki senter ( di tengah-tengah lapangan ) merupakan posisi dasar. Sikap siap yang betul merupakan dasar keberhasilan karena dengan sikap siap yang betul memungkinkan pemain untuk melakukan gerakan-gerakan dengan mudah.

Untuk dapat bergerak dengan mudah maka posisi badan harus dibuat labil yaitu dengan cara:

1. Mengangkat tumit ( berdiri dengan ujung telapak kaki/jinjit ).

Posisi semacam ini secara teoritis titik berat badan berada diluar tubuh sehingga mudah untuk bergerak.

2. Menambah bantalan sepatu pada bagian tumit, sehingga posisi kaki seperti menapak tetapi seperti jinjit.

3. Langkah kaki kecil-kecil namun pada langkah terakhir sebelum memukul *shuttlecock* langkah kaki diperpanjang. Hal ini menet ralisir gaya kedepan sehingga tidak akan menabrak *net* kalau Bergeraknya maju.

Dalam permainan bulutangkis gerak kaki yang dilakukan antara lain : gerak maju, gerak mundur, gerak kesamping dan gerak menyudut. Dalam melakukan gerak kaki diperlukan langkah-langkah seperti berikut : bersilangan ( seperti orang jalan biasa ), berturutan ( seperti kuda berjalan ), dan kombinasi melangkah dan melompat.

Dalam melakukan gerak kaki, yang terpenting adalah :

1. Gerak rapi dan luwes tidak kaku
2. Kalau bergerak mundur mutlak kaki harus jinjit agar tidak terjatuh
3. Sebagai catatan tidak semua anak gerak kakinya harus sama, karena di sesuaikan dengan postur tubuh masing-masing.
4. Yang perlu diperhatikan dalam melakukan gerak langkah kaki adalah jangan terlalu banyak mengorbankan titik berat badan berada diluar tubuh, karena hal ini akan mengurangi kesiapan pemain untuk gerak selanjutnya.

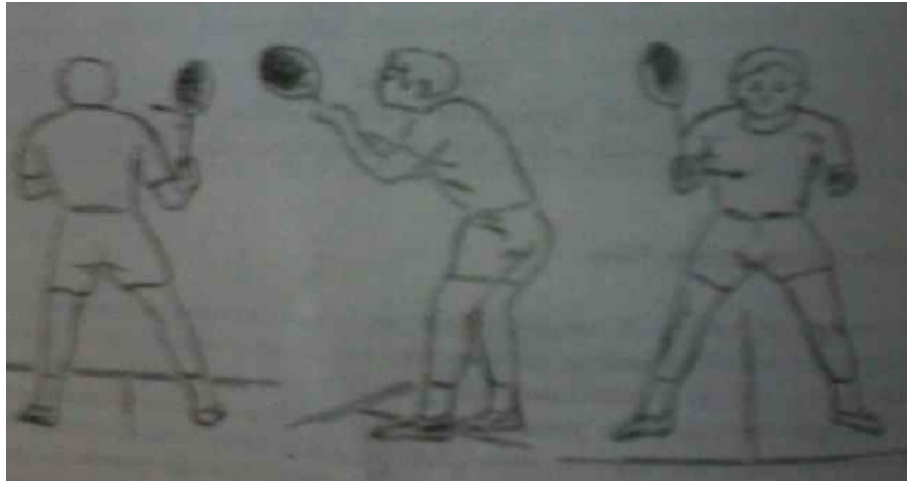


Gambar 7. Salah satu sikap posisi  
Sumber : Buku Gemar Bermain Bulutangkis

#### 5). *Hitting Position*

Di dalam buku PBSI (1978:32) posisi memukul bola atau kerap disebut *preparation*. Waktu sekian detik yang ada pada masa persiapan ini juga dipakai untuk menentukan pukulan apa yang akan dilakukan. Karena itu posisi persiapan ini sangat penting dilakukan dengan baik dalam upaya menghasilkan pukulan berkualitas.

Posisi memukul bola atau kerap disebut *preparation*. Waktu sekian detik yang ada pada masa persiapan ini juga dipakai untuk menentukan pukulan apa yang akan dilakukan. Karena itu posisi persiapan ini sangat penting dilakukan dengan baik dalam upaya menghasilkan pukulan berkualitas.



Gambar 8. Sikap posisi *Hitting Position*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan

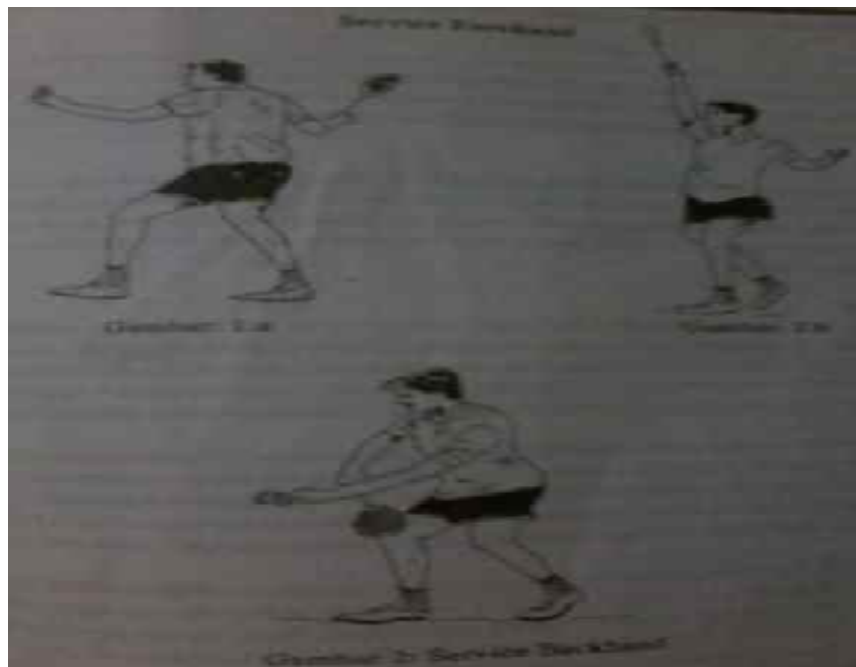
#### 6) *Service*

Menurut Sumarno (2003:5.2) *service* dalam permainan bulutangkis merupakan modal awal untuk bisa memenangkan perandingan. Dengan kata lain, seorang pemain tidak bisa mendapatkan angka apabila tidak bisa melakukan *service* dengan baik. Terdapat tiga jenis *service*, yaitu *service* pendek, *service* tinggi, dan *service* setengah tinggi. Namun biasanya *service* digabungkan ke dalam atau bentuk lain yaitu *forehand* dan *backhand*. masing-masing ini bervariasi pelaksanaannya sesuai dengan situasi permainan di lapangan.

Menurut Icu sugiyarto (1993:39) *service* merupakan pukulan yang mengawali atau sajian bola pertama sebagai permulaan permainan. *Service* merupakan pukulan yang sangat menentukan dalam awal perolehan nilai, karena hanya pemain yang melakukan *service* yang dapat memperoleh angka.

Tempat *service* yang baik, kira-kira 1 meter dari depan garis depan, dekat garis tengah. Berdiri biasanya dengan kedua kaki terpisah antara 35 cm: kaki kiri didepan kaki kanan agar lengan kanan dapat diayunkan dengan leluasa.

Menurut Muhajir : ( 2006 : 24). *Service* merupakan pukulan dengan raket yang menerbangkat *Shuttlecock* ke bidang lapangan lain secara. *Service* bertujuan sebagai pembuka permainan dan merupakan suatu pukulan yang penting dalam permainan bulutangkis.



Gambar 9. Cara memukul *service*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan

#### 7). Pengembalian *Service*

Menurut Icuk Sugiyarto (1993:52) tujuan utama pengembalian *service* adalah mematikan bola agar lawan menjadi penerima *service*. Pada dasarnya pengembalian *service* selalu diupayakan ke arah tepi

lapangan, baik ke sudut lapangan bagian depan maupun ke sudut lapangan bagian belakang.

Menurut Tony Grice : ( 2007:29) pengembalian *service* penting karena bola yang dikembalikan menentukan keberhasilan lawan dalam mencetak angka. Pengembalian bola yang baik hanya memberikan sedikit kesempatan bagi lawan untuk mencetak angka.



Gambar 10. Salah satu gerakan dalam pengembalian *service*  
Sumber : Buku Gemar Bermain Bulutangkis

#### 8). *Overhead* (Pukulan dari Bawah )

Dalam buku PBSI : (1978: 57) jenis pukulan ini dominan digunakan dalam permainan bulutangkis. Seperti halnya teknik dasar *pukulan dari atas kepala*, untuk menguasai teknik dasar ini, pertamanya, harus trampil berlari sambil melakukan langkah lebar, dengan kaki kanan berada di depan kaki kiri untuk menjangkau jatuhnya kok. Sikap menjangkau ini, hendaknya siku dalam keadaan bengkok dan pertahankan sikap tubuh tetap tegak, sehingga lutut kanan dalam keadaan

tertekuk. Pada saat memukul kok, gunakan tenaga kekuatan siku dan pergelangan tangan, hingga gerakan lanjut dari pukulan ini berakhir di atas bahu kiri. Perhatikan, agar telapak kaki kanan tetap kontak dengan lantai sambil menjangkau kok. Jangan sampai gerak langkah terhambat karena kaki kiri tertahan gerakannya.

Menurut Sahri Alhusin (2007 :2003:40) jenis pukulan ini dominan digunakan dalam permainan bulutangkis. Seperti halnya teknik dasar “pukulan dari atas kepala”. Untuk menguasai teknik ini, pertama-tama, harus terampil berlari sambil melakukan langkah lebar, dengan kaki kanan berada didepan kaki kiri untuk menjangkau jatuhnya kok.

Ada dua jenis pukulan *overhead*:

- a). *Clear Overhead*, pukulan atau dorongan yang diarahkan tinggi ke belakang.
- b). *Flick Overhead*, pukulan atau dorongan mendatar ke arah belakang.



Gambar 11. *Overhead* dari bawah (pukulan dari bawah)  
Sumber : Buku Gemar Bermain Bulutangkis

### 9). *Overhead Clear*

Pusatkan perhatian lebih untuk menguasai pukulan *overhead lob* ini, karena teknik pukulan lob ini banyak kesamaannya dengan teknik *Smash* dan *dropshot*. Pukulan *overhead lob* adalah bola yang dipukul dari atas kepala, posisinya biasanya dari belakang lapangan dan diarahkan keatas pada bagian belakang lapangan.

Menurut Tony Grice: (2007:42) pukulan *overhead* biasanya dilakukan dari setengah sisi belakang lapangan. Saat bola dipukul keatas mengarah pada bagian akhir lapangan,putar tubuh agar kaki tegak lurus dengan *net* . Arahkan bahu yang tidak dominan (bahu pada tangan yang tidak memegang raket) ke arah *net* dan pindahkan berat badan ke kaki yang dibelakang. Jika perlu melompatlah ke balakang hingga berada pada posisi sedikit di belakang bola yang akan jatuh.



Gambar 12. Pukulan *overhead clear/lob*  
Sumber : Buku Gemar Bermain Bulutangkis

10). *Round the head clear/Lob/Drop/Smash*

Dalam buku PBSI (1978 :72) *Round the head clear/Lob/Drop/Smash* adalah bola *overhead* (di atas) yang dipukul di bagian belakang kepala (samping telinga sebelah kiri). Dibanding dengan *overhead* yang biasa, pukulan di belakang kepala ini relatif lebih sulit. Karena untuk bisa melakukan pukulan (teknik) ini diperlukan ekstra kekuatan kaki, kelenturan, *footwork* yang baik, dan koordinasi. Biasanya pukulan ini dilakukan secara terpaksa karena untuk melakukannya harus dengan pukulan *backhand*.

Sedangkan menurut Sahri Alhusin,(2007 :43) *Round the head clear/Lob/Drop/Smash* adalah bola *overhead* ( diatas ) yang dipukul dibagian belakang kepala ( samping telinga sebelah kiri ). Dibanding dengan *overhead* yang biasa, pukulan di belakang kepala ini relatif lebih sulit. Karena untuk bisa melakukan pukulan (teknik) ini diperlukan ekstra kekuatan kaki, kelenturan, *footwork* yang baik, dan koordianasi. Biasanya pukulan ini dilakukan secara terpaksa karena untuk melakukan harus dengan pukulan *backhand*.



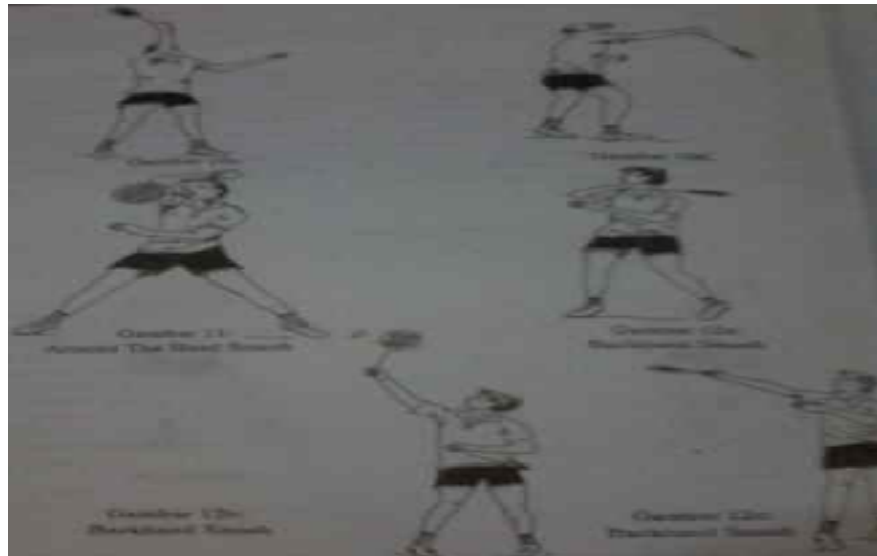
Gambar 13. Salah satu pukulan *round the head clear*  
Sumber : Buku Gemar Bermain Bulutangkis

#### 11). *Smash*

Menurut Sumarno (2003:5.11). pukulan *Smash* adalah pukulan sekeras-kerasnya yang dilakukan bawah lapangan lawan. Pukulan *Smash* hampir sama dengan pukulan lob. Perbedaannya adalah pada pukulan lob bola dipukul ke atas, sedangkan pada pukulan *Smash* bola dipukul tajam ke bawah dengan kecepatan dengan kecepatan yang lebih keras.

Sedangkan menurut Herman Subardjah: (2000:47). pukulan *Smash* merupakan pukulan yang keras dan tajam, bertujuan untuk mematikan lawan secepat-cepatnya. Gerakan *Smash* hampir sama dengan *dropshot* dan lob, perkenaan raket bisa lurus, bisa juga dimiringkan. Pada pukulan ini lebih mengandalkan kekuatan dan kecepatan lengan serta lecutan pergelangan tangan. Untuk mendapatkan hasil pukulan yang tajam, maka usahakan kok dipukul didepan badan

dalam posisi raket condong ke depan dan merupakan hasil maksimal dari koordinasi antara gerakan badan, lengan dan pergelangan tangan.



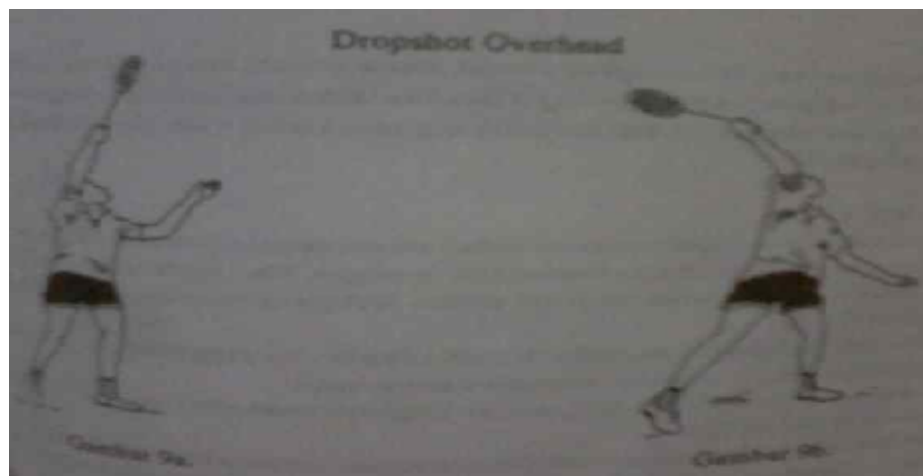
Gambar 14. Pukulan *smash*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan I

## 12). *Dropshot*

Dalam buku PBSI : (1978 :72) *dropshot* adalah pukulan yang dilakukan seperti smash. Perbedaannya pada posisi raket saat perkenaan dengan kok. Bola dipukul dengan dorongan dan sentuhan yang halus. *Dropshot* (pukulan potong) yang baik adalah apabila jatuhnya bola dekat dengan *net* dan tidak melewati garis ganda. Karakteristik *dropshot* ini adalah, kok sentiasa jatuh dekat jaring di daerah lapangan lawan. Oleh karena itu harus mampu melakukan pukulan yang sempurna dengan berbagai sikap dan posisi badan dari sudut-sudut lapangan permainan. Faktor pegangan raket, gerak kaki yang cepat, posisi badan dan proses perpindahan berat badan yang harmonis pada saat memukul merupakan faktor penentu keberhasilan pukulan ini.

Sikap persiapan awal dan gerak memukul tidak berbeda dengan pukulan *smash*. Dalam pelaksanaan pukulan potong ini, adalah menempatkan kok pada sudut-sudut lapangan lawan sedekat mungkin jaring/*net* , dengan variasi gerak tipu badan dan raket sebelum perkenaan raket dan kok, yang menyebabkan lawan terlambat mengantisipasi dan bereaksi atas datangnya kok secara mendadak.

Menurut Herman Subardjah : (2000 :47) *dropshot* merupakan bentuk pukulan yang meluncurkan kok ke arah lawan sedekat mungkin pada *net* . Pukulan ini lebih banyak membutuhkan perasaan agar kok jatuh tipis di atas *net* , sehingga sulit dijangkau lawan. Gerakan memukulnya hampir sama dengan lob, tetapi pada saat perkenaan raket agak dimiringkan, dan perkenaannya lebih perlahan.



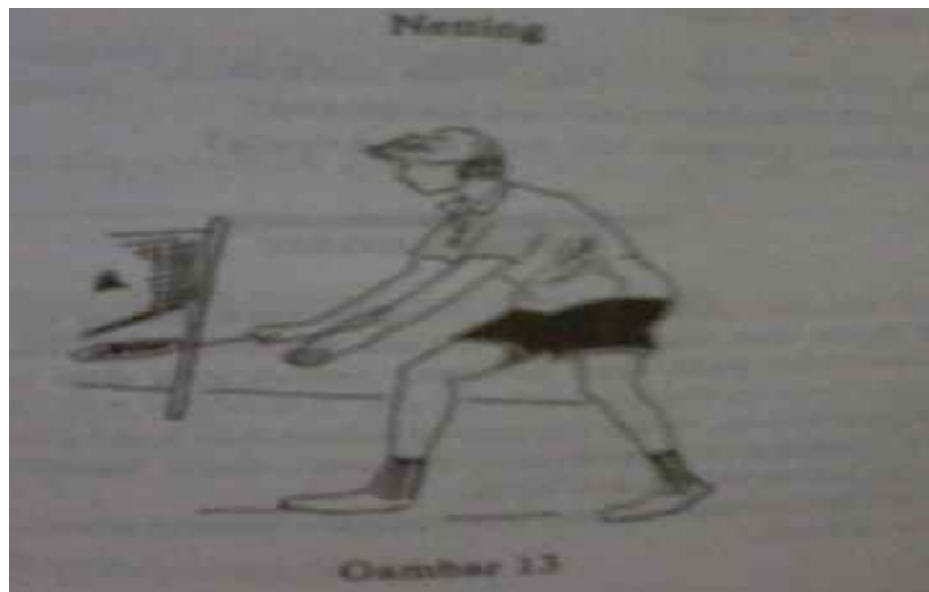
Gambar 15. Cara melakukan pukulan *dropshot*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan I

### 13). *Netting*

Menurut Sumarno (2003:5.15) pukulan-pukulan dalam permainan *net* merupakan pukulan-pukulan yang cukup sulit dalam dalam

permainan bulutangkis, karena *net ting* ini banyak memerlukan kecermatan dengan penuh perasaan (*feeling*). Dalam *net ting* ini faktor tenaga hampir tidak diperlukan sama sekali, dengan tenang dan bersifat tentu, bola yang ringan itu dengan sendirinya akan memantul, hal ini terutama dalam permainan *net* di mana bola diambil dari atas.

Sedangkan menurut Herman Subardjah : (2000:50) *netting* merupakan pukulan pendek yang dilakukan didepan *net* dan diarahkan ke depan *net* di daerah lawan. Pukulan ini memerlukan perasaan dan kecermatan, karena jatuhnya kok harus tipis sedekat mungkin dengan *net*.



Gambar 16. Salah satu *netting*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan I

#### 14). *Return Smash*

Menurut Icu Sugiyarto (1993:70) pada prinsipnya tujuan *return smash* dari lawan adalah upaya agar dapat mengembalikan bola ke suatu tempat yang sulit dijangkau lawan. Dalam menenmpatkan bola,

harus mengetahui ke mana bola yang diarahkan. Sedang arah penempatan bola yang diterima dari pukulan *smash* lawan bisa dilakukan dengan berbagai cara. Dalam pengembalian bola bisa mengarahkan pukulan ke dekat jaring, kebelakang lapangan atau dengan pukulan lob yang bisa diarahkan ke samping kiri lapangan dalam bentuk dan arah setengah lapangan.

Sedangkan menurut Sahri Alhusin (2007 :51) *return smash* adalah pukulan yang identik dengan pola pertahanan. Namun demikian pengembalian *smash* yang baik bisa menjadi serangan balik. Jenis-jenis pengembalian *smash* :

- a). Pengembalian pendek, yaitu pengembalian dimana bolannya jatuh dekat *net* , banyak terjadi pada permainan tunggal. Tujuannya untuk memaksa lawan berlari jauh.
- b). Pengembalian *drive* (mendatar), lebih banyak dilakukan pada permainan ganda. Tujuannya untuk tidak memberi kesempatan lawan melakukan serangan.
- c). Pengembalian panjang, yaitu pengembalian kearah belakang lagi. Pukulan ini biasanya hanya bisa dilakukan oleh pemain yang sudah terampil dan mempunyai pergelangan yang kuat.



Gambar 17. Pengembalian *smash* (*return smash*)  
Sumber : Buku Strategi Mencapai Juara Bulutangkis

15). *Backhand Overhead*

Menurut Sahri Alhusin (2007 :51) *Backhand Overhead* pukulan ini bisa dikategorikan paling sulit, terutama pada pemain pemula. Karena secara biomekanik teknik pukulan ini selain menurut koordinasi anggota badan yang sempurna, juga penguasaan *grip* dan timing yang tepat. Tanpa ketiga hal tersebut, tenaga besar sekalipun tidak bisa menghasilkan kualitas pukulan yang baik.



Gambar 18. Pukulan *backhand overhead*  
Sumber : Buku Strategi Mencapai Juara Bulutangkis

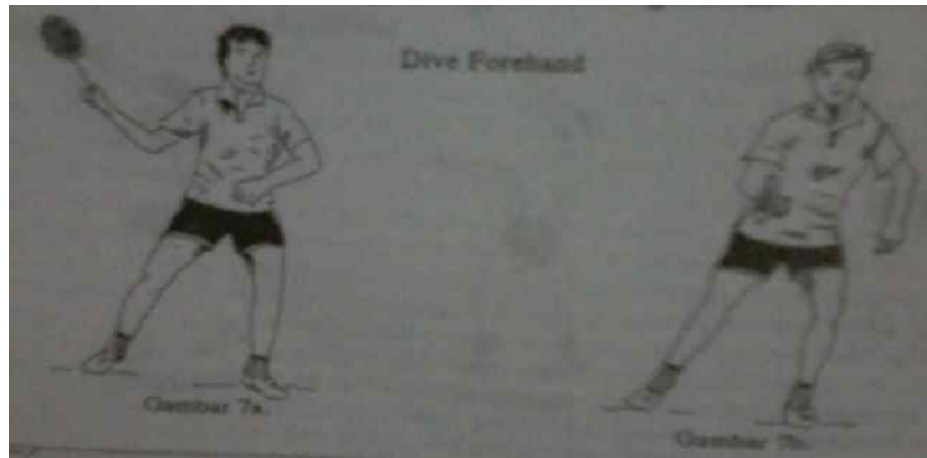
16). *Drive*

Menurut Sumarno (2003:5.8) pukulan *drive* adalah pukulan yang biasa digunakan untuk menekan lawan atau untuk tidak memberikan kesempatan kepada lawan mendapatkan bola-bola yang melambung, sehingga lawan tidak memperoleh kesempatan menyerang dengan pukulan *overhead*. Pukulan ini yang biasa digunakan untuk bola yang datangnya mendatar atau tidak ada lagi kesempatan bagi anda untuk melakukan dengan *overhead*.

Manfaat *drive* adalah memprcepat tempo permainan dengan meluncurkan bola serendah-rendahnya dengan *net* . Selain itu pukulan *drive* berfungsi untuk mengacaukan posisi lawan.

Sedangkan menurut Muhajir : (2006:25). *drive* adalah pukulan yang dilakukan dengan menerbangkan *shuttlecock* secara mendatar,

ketinggiannya menyusur di atas *net* dan penerbangannya sejajar dengan lantai.



Gambar 19. Memukul *drive*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan I

#### 17). Variasi *Stroke*/Teknik Permainan

Seorang atlet berhasil menguasai cara memegang raket, menguasai *footwork*, dan seluruh teknik dasar ( *basic stroke* ) dengan baik, pada satu jenis posisi yang baik dapat melakukan beberapa pilihan pukulan. Misalnya pukulan *overhead*, selain lob dengan sedikit mengubah *grip* dan arah raket/putaran raket, bisa melakukan pada posisi *overhead* yang baik, selain melakukan *netting* bisa juga melakukan *flick*.

Penguasaan pukulan dasar dan variasi akan terasa sekali manfaatnya pada saat mulai bermain dalam *game* (hitungan). Berpikirlah menggunakan taktik apa agar bisa mematikan lawan dan memenangkan pertandingan. Berikutnya adalah beberapa tips dan taktik permainan. Menurut Sahri Alhusin (2007 :54).

Sedangkan dalam buku PBSI : (1978). Setelah seorang atlet berhasil menguasai cara memegang raket, menguasai *footwork*, dan seluruh tekni dasar (*basic stroke*) dengan baik, maka selanjutnya dapat membuat variasi pukulan. Dengan kata lain, pada satu jenis posisi yang baik dapat melakukan beberapa pilihan pukulan. Misalnya pukulan *overhead*, selain lob dengan sedikit mengubah grip dan arah raket/putaran raket, bisa melakukan pada posisi *overhead* yang baik, selain melakukan *netting* bisa juga melakukan flick. Penguasaan pukulan dasar dan variasi akan terasa sekali manfaatnya pada saat mulai bermain dalam *game* (hitungan). Berpikirlah menggunakan taktik apa agar bisa mematikan lawan dan memenangkan pertandingan. Berikut adalah beberapa tips dan taktik permainan.

## **2. Hakikat Pukulan Lob**

Menurut Pudji Hastuti (2009:21) pukulan lob atau pukulan panjang merupakan salah satu ketrampilan yang sangat penting dalam permainan bulutangkis setelah *service*. Kemampuan ini harus dipertahankan untuk menyerang ke belakang lapangan. Pemain pemula biasanya mengalami kesulitan untuk melakukan pukulan lob sampai jauh ke belakang lapangan. Sebaliknya pemain yang telah terlatih akan memiliki kekuatan tangan untuk memukul kok, saat memukul lob pemain yang terlatih akan memukul dengan pergelangan tangan saja dan akan menghemat tenaga untuk pukulan-pukulan selanjutnya dan *timing* pukulan lob saat memukul haruslah dikenakan pada senar raket atau saat memukul harus memiliki ketepatan pada saat kok itu

melambung atau dibawah harus cepat mengambil langkah untuk memukul kok. Dan timing yang lebih stabil dalam melakukan pukulan lob akan menghasilkan pukulan lob yang lebih baik. Saat melakukan pukulan lob sebaiknya melakukan pukulan dengan berdiri dengan rileks atau santai saat menunggu serta saat akan menyerang dengan pukulan lob, serta saat akan memukul lob tempatkan posisi badan sedemikian rupa dibelakang kok, salah satu kaki didepan, berat badan di belakang. Setelah raket menyentuh *Shuttlecock* lanjutkan gerakan memukul sehingga raket berada disamping badan.

Sedangkan menurut Tohar : (1992:149) bahwa pukulan lob adalah melakukan pukulan dengan cara menerbangkan shuttlecock secara melambung ke belakang lapangan lawan. Sehingga pemain bulutangkis diperlukan kecakapan untuk melakukan pukulan lob karena pukulan ini adalah usaha untuk menjauhkan bola dari daerah sendiri sehingga dengan pukulan lob yang kuat lawan akan bergerak dan berusaha untuk mengembalikan bola. Pukulan lob sangat penting bagi pemain bulutangkis terutama pemain tunggal karena penguasaan lapangannya luas dan diperlukan pukulan – pukulan lob yang membutuhkan kekuatan dan bisa saja menyulitkan lawan untuk mengembalikan *Shuttlecock*.

Sedangkan menurut Sumarno (2003: 5.5-5.6) pukulan lob dapat dilakukan dengan baik dari bawah (*under head lob*) maupun dari atas kepala (*over head lob*). Pukulan lob merupakan pukulan yang sangat penting dalam pola pertahanan (*defensif*) maupun penyerangan (*ofensif*). Ada beberapa jenis lob, yaitu:

#### a. Lob Serang

Lob serang dapat dilakukan dengan baik dari atas maupun dari bawah kepala. Lob serang dari atas adalah bola diambil dari depan badan diatas kepala, dilambungkan rendah dan cepat. Lob serang dari atas ini dapat digunakan untuk melakukan serangan. Adapun lob serang dari bawah adalah bola diambil dari bawah, dilambungkan agak rendah dan cepat. Lob serang dari bawah ini biasanya digunakan untuk menyerang. Tujuan lob serang balik dari bawah maupun dari atas adalah untuk menyerang.pukulan bola lebih cepat dengan melambungkan agak rendah (lebih rendah dari lambungan bola lob penangkis) melewati lawan ke lapangan ke belakang. Lob serang ini dilakukan misalnya pada saat lawan sudah kehilangan keseimbangan atau salah posisi atau terpaksa harus maju ke depan *net* mengejar suatu drop.

#### b. Lob Penangkis

Lob penangkis juga dapat dilakukan baik dari atas maupun dari bawah kepala. Lob penangkis dari atas adalah bola diambil dari depan badan diatas kepala, dilambungkan tinggi dan jauh (sampai garis belakang).

Dengan melambungkan bola setinggi mungkin dan jauh sampai ke garis belakang lapangan lawan, maka dapat memperoleh waktu dan kesempatan lebih banyak untuk memperbaiki posisi. Makin tinggi pukulan lob makin lambat bola melayang di udara, maka makin banyak waktu yang diperoleh untuk memperbaiki posisi dan makin banyak waktu yang diperoleh untuk memperbaiki posisi dan makin menyulitkan serta

melelahkan lawan. Selanjutnya posisi lawan yang jauh di belakang menunjukkan makin tidak berbahaya.

Cara memukul lob dari atas kepala, baik lob serang maupun lob penangkis adalah pada saat hendak memukul dari atas kepala, raket harus berada tepat di bawah bola, sehingga pemain harus dapat mengambil bola di depan badan dengan lurus. Berat badan menekan ke depan untuk membantu ketajaman pukulan. Posisi kaki kiri harus berada di depan kaki kanan. Selain lob tersebut, teknik lob lain yang dilakukan dari atas kepala adalah *overhead backhand flick lob*. Latihan dalam pukulan ini hendaknya pelatih memberikan bola lob setengah lapangan (tanggung) di sebelah *backhand*.

Manfaat pukulan lob adalah selain mendesak lawan ke belakang, juga sebagai taktik jika posisi kita dalam keadaan terdesak atau kurang baik. Dengan melakukan pukulan lob maka kita mempunyai waktu untuk memperbaiki posisi. Agar tidak mengeluarkan banyak tenaga, maka perlu dibantu dengan menggunakan pergelangan tangan.

Kerugian pukulan lob adalah biasanya apabila pukulan lob tersebut dilakukan terus menerus maka akan menguras tenaga stamina saat bermain, dan saat bermain seorang akan diserang oleh lawan secara terus menerus. Maka apabila tidak mempunyai pertahanan yang rapat dan teknik bertahan yang kuat maka pertahanan akan terbuka bukan tidak mungkin lawan akan memperoleh nilai.

### Cara latihan

- a) Untuk para pemula yang baru belajar, sebaiknya pertama-tama latihan dengan cara mengumpan mereka dengan lemparan bola. Tujuannya supaya timing memukul bisa diperoleh. Untuk mempermudah, bisa digunakan hitungan (1. Posisi siap; 2. Ayunkan; 3. Pukul).
- b) Untuk alat bantu guna membiasakan gerakan dan memperoleh timing memukul yang pas, gunakan gantungan kok yang bisa diatur ketinggiannya.

#### Hal yang perlu diperhatikan

1. Posisi preparation sama dengan overhead biasa.
2. Karena, biasanya bola berada jauh di belakang kepala kita, untuk menjangkaunya, pertama badan diputar yaitu dengan melangkahkan kaki kanan ke belakang, lalu lompatkan kaki kanan sambil badan dan raket diputar untuk menjangkau kok yang berada di belakang kepala, sehingga terjadi perpindahan berat badan.
3. Setelah memukul, kaki kiri mendarat lebih dulu, di bagian depan kaki (agak berjingkat), badan harus condong ke depan.

Menurut Pudji Hastuti (2009: 22) langkah –langkah untuk mengajar pukulan lob adalah sebagai berikut:

- a. Siapkan keranjang pada posisi diantara garis belakang dan posisi tengah lapangan.
- b. Tangan tanpa raket mengacung ke depan untuk menjemput kok.
- c. Dorong kaki belakang ke depan sedikit melompat untuk memukul

- d. Memutar tubuh dengan siku melebar untuk memukul
- e. Saat pemukulan pada posisi tubuh lengan terbuka
- f. Gerakan lanjutan ke samping badan

Latihan lob juga dapat dilakukan dengan bentuk pengulang-pengulangan, yaitu:

a. Jarak Pukulan

Satu pemain mengumpan dengan *service* tinggi dengan pasangannya dan dipukul dengan lob dengan ketinggian minimum 3 meter.

b. Pukulan Lob Kerjasama

Melakukan pukulan lob berpasangan dan bergantian

c. Pukulan Lob saling serang

Melakukan pukulan lob saling berhadapan melewati *net* . Pengulangan dilakukan tinggi dan dalam bentuk membantu mengembangkan kekuatan dan timing

d. Dril Tali

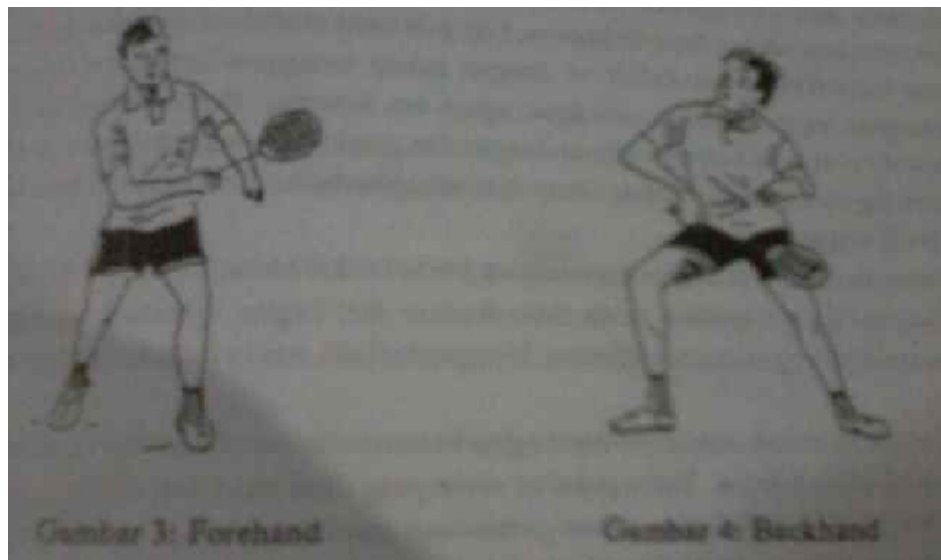
Gantung *shuttlecock* setinggi 3 meter diantara garis pukulan *service* dan garis pukulan *service* dan garis belakang (gunakan dua patokan jika perlu). Hal ini untuk melatih seberapa tinggi dia harus melakukan pukulan saat bermain.

Menurut Shahri Alhusin (2007:41-42) pukulan *overhead* lob adalah bola yang harus dipukul dari atas kepala, posisinya biasanya dari belakang lapangan dan diarahkan keatas pada bagian belakang lapangan.

Ada dua jenis *overhead lob* yaitu : (1) *Deep lob/Clear*, bolnya tinggi ke belakang, (2) *Attacking lob/Clear*, bolanya tidak terlalu tinggi.

Hal-hal yang perlu di perhatikan dalam melakukan pukulan lob.

- a. Penggunaan pegangan *forehand* pegang raket posisinya disamping bahu.
- b. Posisi badan menyamping (*vertikal*) dengan arah *net* . Posisi kaki kanan berada di belakang kaki kiri dan pada saat memukul bola, harus terjadi perpindahan berat badan dari kaki kanan kekiri.
- c. Posisi badan harus di upayakan selalu berada di belakang bola.
- d. Bola dipukul seperti gerakan melempar.
- e. Pada saat perkenaan bola, tangan harus lurus. Posisi akhir raket mengikuti arah bola, lalu dilepas, sedang raket jatuh didepan badan.
- f. lecutkan pergelangan (raket) saat kena bola.



Gambar 20. Salah satu pukulan *lob*  
Sumber : Buku Olahraga Pilihan I

### 3. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Masa anak-anak adalah masa yang penting dalam pertumbuhan. Pada masa ini organ tubuh akan berkembang sangat pesat. Pada masa ini anak akan menjalani kehidupannya di sekolah pada usia 6-7 tahun sampai 12-13 tahun. Pada masa ini anak akan lebih aktif dan sering mencoba hal-hal baru. Masa sekolah adalah awal dari seorang anak untuk menuju dewasa atau yang sering disebut masa puber.

Menurut Hurlock (1978:1600) masa keserasian bersekolah antara umur 6-7 tahun sampai 12-13 tahun, dimana kekuatan badan, kekuatan tungkai, dan kekuatan tangan anak laki-laki sangat bertambah. Dalam masa ini, juga ada perubahan-perubahan dalam sifat motorik kasar dan motorik halus anak.

Menurut Sumadi Suryabrata (1984:220) masa ini dapat rinci lagi menjadi dua fase:

- a. Masa kelas rendah SD 6-7 tahun sampai 9-10 tahun
- b. Masa kelas tinggi SD 9-10 tahun sampai 12-13 tahun

Masa kelas tinggi untuk SD 9-13 tahun anak cenderung menunjukkan sifat-sifat yang banyak berbeda dengan anak kelas rendah. Menurut Sumadi Suryabrata (1984:220) mengemukakan bahwa pada masa ini (terutama menjelang masa ini) telah timbul kesulitankesulitan dalam pendidikan, sebagai akibat dari :

- a. Anak ingin “mandiri” persiapan untuk sekolah lanjutan
- b. Soal waktu dan soal seksual
- c. Soal otoritas

Pada umumnya seorang anak akan lebih aktif dalam banyak melakukan hal-hal yang di anggap menantang. Pada masa ini jarang ditemui seorang anak yang mudah menyerah, kebanyakan siswa akan melakukan suatu hal dengan rajin dan tekun.

Menurut Sudirman,dkk (1992:50) siswa adalah masukan yang akan diproses dalam instansi belajar mengajar sehingga tercipta keluaran yang diharapkan. Siswa SD adalah peserta didik dalam satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan dasar yang mengutamakan perluasan pengetahuan dan keterampilan melalui jalur pendidikan.

Siswa SD sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan dalam kategori masa pertumbuhan, pada usia ini sangat mudah pengaruh terhadap hal-hal yang negatif, upaya yang paling efektif adalah mengarahkan siswa untuk mengisi waktu luang dengan kegiatan positif, yaitu pengembangan minat dan bakat, memupuk mental siswa dan mengisi waktu luangnya, disekolah sebagai wadah adalah pembelajaran.

#### **4. Hakikat Ekstrakurikuler**

Menurut (Depdikbud, 1994), proyek pengadaan sarana prasarana pembinaan penyempurnaan dikmenum, Ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang dilakukan di luar pelajaran tatap muka. Tempat kegiatan dapat dilakukan di sekolah maupun di luar sekolah dan diberikan nilai tersendiri jika diperlukan.

Kegiatan ekstrkurikuler olahraga merupakan salah satu kegiatan di luar jam pelajaran sekolah dan sebagai wahana untuk menampung, menyalurkan

dan pembinaan minat, bakat serta kegemaran siswa dalam olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan belajar mengajar yang dilakukan di luar jam tatap muka, dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah untuk lebih memperluas atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai kemampuan dan pengetahuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran. Juga untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat kemampuan keterampilan serta lebih memantapkan kepribadian siswa ( Depdiknas 2004 : 54 ). Rumusan tentang pengertian ekstrakurikuler juga terdapat dalam SK Dirjen Disdikmen Nomor 226/C/Kep 1992 yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah.

Menurut Sugiyono (2004 : 54) kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pembelajaran di luar kegiatan intrakurikuler yang diselenggarakan secara kontekstual keadaan dan kebutuhan lingkungan untuk memenuhi tuntutan penguasaan kompetensi pembelajaran, pembentukan karakter dasar dan peningkatan kecakapan hidup yang alokasi waktunya di atur tersendiri berdasarkan kebutuhan.

Ekstrakurikuler menurut Moh. Uzzer Usman (1993 : 23) adalah merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun diluar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan maupun kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi. Tujuan kegiatan

ekstrakurikuler adalah meningkatkan dan memantapkan pengetahuan siswa, mengembangkan bakat, minat, kemampuan dan keterampilan dalam upaya membina pribadi, mengenal hubungan antara mata pelajaran dalam kehidupan masyarakat sehingga akan timbul kemandirian, percaya diri, dan kreatif.

Adapun beberapa jenis kegiatan ekstrakurikuler yaitu :

1. Krida meliputi kegiatan kepramukaan, latihan dasar kepemimpinan siswa, palang merah remaja, pasukan pengibar bendera.
2. Karya ilmiah meliputi kegiatan ilmiah remaja (KIR) kegiatan penguasaan keilmuan akademik dan penelitian.
3. Latihan/olah bakat/prestasi meliputi pengembangan bakat olahraga, seni dan budaya, cinta alam, jurnalistik, teater, dan keagamaan.
4. Ekstrakurikuler wajib merupakan program ekstrakurikuler yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik terkecuali bagi peserta didik dengan kondisi tertentu yang tidak memungkinkan untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.
5. Ekstrakurikuler pilihan merupakan program ekstrakurikuler yang dapat diikuti oleh peserta didik sesuai dengan bakat minatnya masing-masing, antara lain OSIS, UKS, dan PMR.

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Saryadi (2010) tentang “Kemampuan Dasar Memukul Lob Dalam Permainan Bulutangkis Siswa Kelas Atas SD Negeri II Nanggulan Kulon Progo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan lob dalam

kategori sangat baik dengan presentase sebesar 25.71%, kategori baik sebesar 42.86%, kategori cukup baik sebesar 20.00%, kategori kurang baik sebanyak 0%, dan kategori tidak baik sebesar 11.43%.

2. Selain itu penelitian yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Rackmat Julianto (2010) yang berjudul “Tingkat Kemampuan Pukulan Lob Dalam Permainan Bulutangkis Ekstrakurikuler Peserta Siswa SD Negeri Setiadi Kebumen Purworejo”. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 48 siswa yang mengikuti tes tingkat kemampuan lob secara keseluruhan yang termasuk kategori sangat baik sebesar 10,24%, baik sebesar 22,92%, sedang sebesar 25,00%, kurang sebesar 4,67%, sangat sebesar 0%.

### **C. Kerangka Berpikir**

Pukulan lob merupakan pukulan yang sangat penting bagi bola pertahanan maupun penyerangan. Dalam permainan bulutangkis, pukulan yang dilakukan dari atas kepala lebih banyak dilakukan. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar pukulan ini harus diperkenalkan lebih awal. Kendala yang sering ditemui adalah keterlambatan untuk menarik atau menggerakkan siku dan bahu ke belakang sehingga mengakibatkan pukulan yang dihasilkan tidak keras dan kurang terarah.

Lob serang dapat dilakukan dengan baik dari atas maupun dari bawah kepala. Lob serang dari atas adalah bola yang diambil dari depan di atas kepala, dilambungkan rendah dan cepat. Lob serang dari atas ini dapat digunakan

untuk meakukan serangan. Adapun lob serangan dari bawah adalah bola yang diambil dari bawah, dilambungkan agak rendah dan cepat.

Tujuan lob serang baik dari atas maupun dari bawah adalah untuk menyerang. Pukulan bola lebih cepat dengan melambungkan agak rendah(lebih rendah dari lambungan bola lob penangkis) melewati lawan ke lapangan bagian belakang. Lob serang ini dilakukan misalnya pada saat lawan sudah kehilangan posisi atau terpaksa harus maju ke depan *net* mengejar suatu bola *dropshot*.

Kemampuan pukulan lob siswa SD Negeri Surojoyo Candimulyo Magelang, secara keseluruhan masih kurang atau bervariasi namun ada sebagian kecil yang bagus. Berdasarkan pengamatan kemampuan siswa secara keseluruhan kurang dikarenakan belum memiliki pelatih bulutangkis dan program latihan yang jelas, tetapi minat dan antusias siswa untuk bisa bermain bulutangkis sangat besar, jadi banyak siswa yang dapat melakukan teknik kemampuan lob dalam permainan bulutangkis, walaupun masih kurang dan terlihat asal-asalan dalam permainan bulutangkis. Hal tersebut masih menurut pengamatan peneliti, oleh karena itu perlu dibuktikan secara empiris dengan melakukan penelitian berjudul Tingkat Kemampuan Dasar Memukul Lob Dalam Permainan Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler di SD Negeri Surojoyo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang.



## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2007:21). Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang bertujuan memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang dinyatakan dalam bentuk angka. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tes dan pengukuran, karena tujuan penelitian ini untuk mengetahui keadaan suatu obyek yaitu dasar pukulan lob permainan bulutangkis siswa SD Negeri Surojoyo Candimulyo Magelang.

### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan memukul lob dalam permainan bulutangkis. Secara operasional variabel tersebut dapat didefinisikan sebagai variabel tunggal kemampuan memukul lob bulutangkis.

Adapun definisi operasional variabel yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

Kemampuan pukulan lob adalah kemampuan dasar siswa SD Negeri Surojoyo, Magelang, dengan melakukan pukulan lob dari atas kepala sebanyak 20 kali ke arah bagian belakang lapangan lawan dan harus melampaui tali setinggi net 155 cm untuk mendapatkan angka. dengan instrumen milik Barry L. Johnson dengan validitas 0,6 dan reliabilitas sebesar 0,96.

### **C. Populasi Penelitian**

Populasi menurut Suharsimi Arikunto (2010: 174) adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada di dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Studi atau penelitiannya juga disebut studi populasi atau studi sensus. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas atas SD Negeri Surojoyo, Magelang yang berjumlah dari 20 siswa, terdiri dari siswa putra sebanyak 9 siswa dan siswa putri sebanyak 11 siswa. Sampel penelitian ini adalah seluruh populasi, Sehingga disebut populasi penelitian.

### **D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

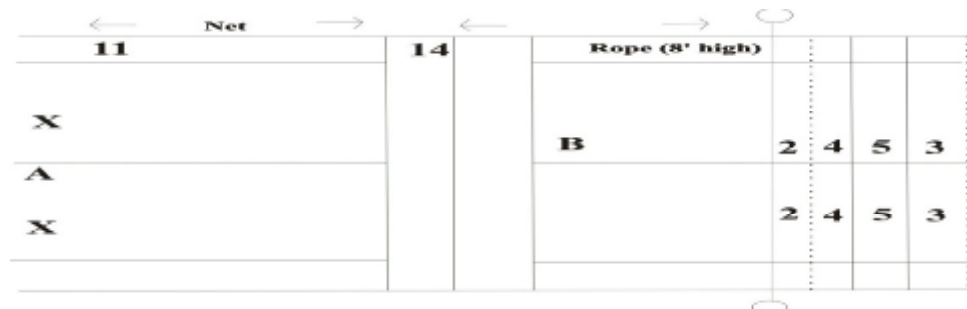
#### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen pengambilan data adalah alat bantu yang digunakan dan dipilih oleh peneliti dalam kegiatan pengumpulan data agar kegiatan tersebut sistematis dan dipermudah, (Suharsimi Arikunto 2006:130). Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah tes kemampuan lob milik Barry L. Johnson dengan validitas 0,6 dan reliabilitas sebesar 0,96.

Menurut Barry L. Johnson (1988: 344) pelaksanaan tes lob adalah sebagai berikut:

Peserta tes berdiri diatas garis belakang dengan kaki kanan di belakang, letakan 20 buah *Shuttlecock* yang sudah diuji baik terbangnya. Pukulan *Overhead* lob dilakukan dengan memukul kok dari atas kepala, diarahkan ke atas bagian belakang lapanga lawan. Peserta tes mendapatkan kesempatan 20 kali melakukan lob. *Shuttlecock* harus melampui tali

setinggi 8 kaki setara dengan 155 cm. untuk mendapatkan angka 2, 4, 5, dan 3. Dimana *Shuttlecock* mula-mula jatuh di anggap daerah yang mendapat angka. Apabila shuttlecock jatuh di luar daerah yang mendapat angka maka mendapat nilai 0. Model penelitian tes kemampuan lob dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 21. Lapangan Tes Kemampuan Lob**  
**Sumber. Buku Barry L Johnson ( 1988:344)**

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran yang berpedoman pada petunjuk pelaksanaan tes dan pengukuran disamping itu peneliti juga memberi latihan atau ujicoba kepada tenaga pelaksana dalam melakukan tugasnya, hal ini dilakukan untuk menghindari kesalahan dalam pengukuran. Demikian pula pada siswa peneliti memberikan petunjuk pelaksanaan tes dan pengumpulan data berjalan sesuai yang di inginkan.

## E. Analisa Data

Setelah dilakukan penelitian maka akan diperoleh data-data mentah tentang kemampuan memukul lob. Data yang diperoleh kemudian di analisis sebagai berikut:

## 1. Norma Penilaian Kemampuan Dasar Memukul lob

Hasil tes memukul lob dikelompokkan dan dikategorikan dari masing-masing siswa. Pengelompokan menjadi 5 kategori menggunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian Kemampuan Dasar Memukul lob

Kategori	Rentang Skor
Sangat Tinggi	$X > M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

Sumber : Anas Sudijono ( 2007 )

Keterangan : X : Subjek Penelitian

M : Mean

SD : Standart Deviasi

## 2. Teknik Analisis Data Penelitian

Setelah semua data terkumpul, kemudian semua data yang di analisa, sehingga data-data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis diskriptif, sedangkan perhitungan angka menggunakan presentase. Menurut Sudjiono (1999: 40-41) rumus presentase adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

f = Frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N = Jumlah subyek

P = Angka presentase

Sumber : Buku Milik Sudijono (1999 : 40-41)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Deskripsi Lokasi, Subjek, dan Waktu Penelitian**

###### **a. Deskripsi Lokasi**

Penelitian ini dilakukan di SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang, khususnya kemampuan lob siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis.

###### **b. Deskripsi Subjek Penelitian**

Subjek penelitian yang digunakan adalah siswa kelas atas SD N Surojoyo yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis berjumlah 20 siswa kelas atas.

###### **c. Deskripsi Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 13-15 Januari 2014 di SD Negeri Surojoyo, Candimulyo, Magelang. Data penelitian diperoleh dengan tes dan pengukuran.

##### **2. Deskripsi Data penelitian**

Hasil dari tes kemudian dibagi menjadi 5 kriteria. Yaitu , Sangat tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, Sangat rendah. Hasil penelitian dari kemampuan memukul lob siswa putra SD Negeri Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang adalah sebagai berikut;

###### **1. Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putra.**

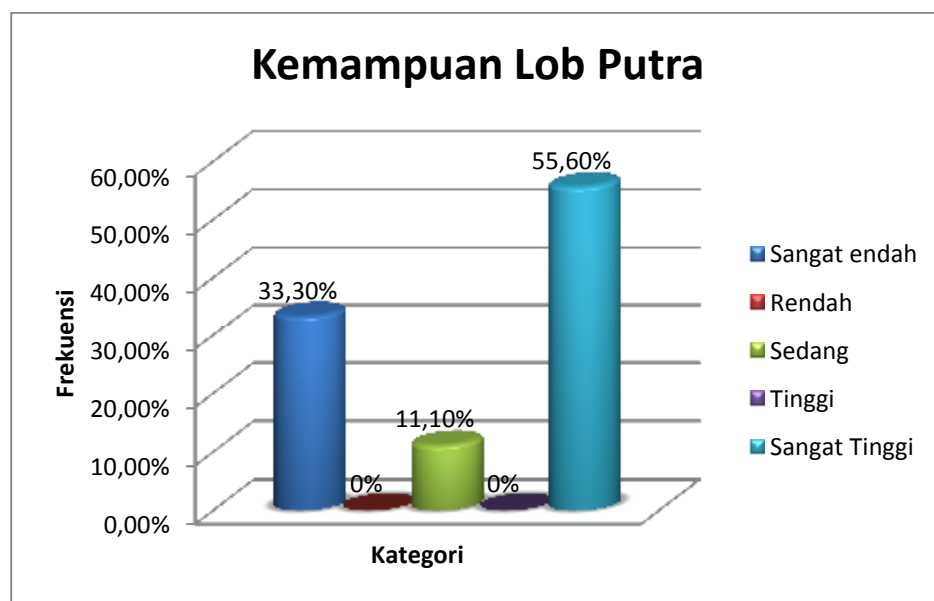
Setelah diperoleh skor masing-masing siswa putra dengan skor tertinggi 9 dan skor terendah adalah 1, kemudian dikategorikan sesuai

dengan hasil analisa data dengan mean 49,55 dan SD 1,174 didapatkan kategori, seperti tabel berikut :

Tabel 2. Norma Penilaian Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putra SD Negeri Surojoyo, Candimulyo, Magelang

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$\geq 51,4$	Sangat tinggi	5	55,6%
2	50,2 – 51,3	Tinggi	0	0%
3	49,0 – 50,1	Sedang	1	11,1%
4	47,8 – 48,9	Rendah	0	0%
5	$\leq 47,7$	Sangat rendah	3	33,3%
<b>Jumlah</b>			<b>9</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2 norma penilaian kemampuan dasar memukul lob siswa putra SD Negeri Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang dapat disajikan dalam gambar berikut:



Gambar 21. Diagram Hasil Penelitian Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putra SD Negeri Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang.

Gambar tabel di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan memukul lob dengan kategori sangat tinggi 55,6%, tinggi 0%, sedang 11,1%, rendah 0%, sangat rendah 33,3%.

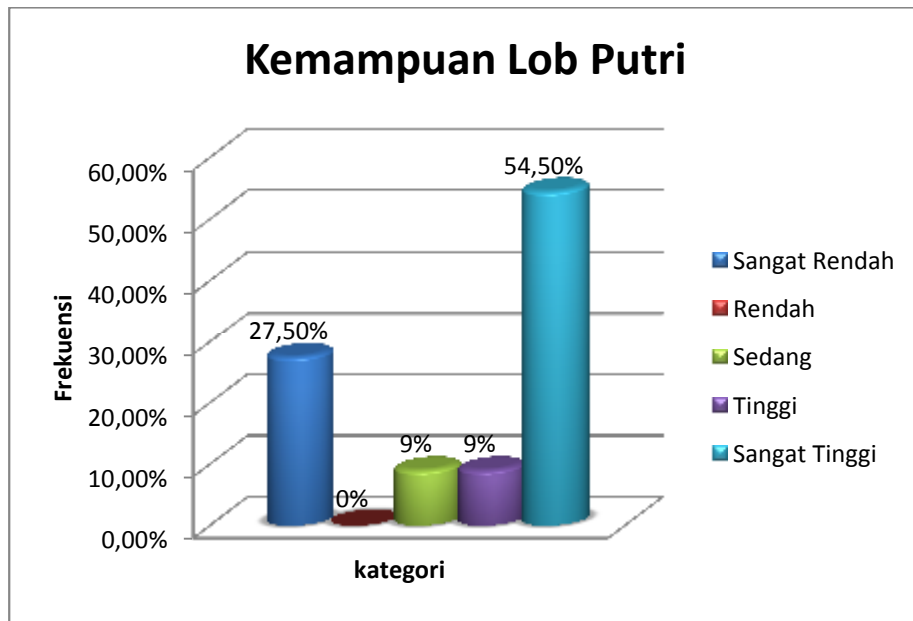
## 2. Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putri.

Setelah diperoleh skor masing-masing siswa putri dengan skor tertinggi 9 dan skor terendah adalah 1, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 61,00 dan Standart deviasi 2,807 didapatkan kategori, seperti tabel berikut :

Tabel 3. Norma Penilaian Kemampuan Dasar Memukul Lob Putri Siswa Ekstrakurikuler SD Negeri Surojoyo, Candimulyo, Magelang

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$\geq 65,5$	Sangat tinggi	6	54,5%
2	62,5 – 65,4	Tinggi	1	9%
3	59,7 – 62,4	Sedang	1	9%
4	56,8 – 59,6	Rendah	0	0%
5	$\leq 56,7$	Sangat rendah	3	27,5%
<b>Jumlah</b>			<b>11</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3 dapat disajikan dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 22. Diagram Hasil Penelitian Kemampuan Dasar Memukul Lob Siswa Putri SD Negeri Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang.

Gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan memukul lob dengan kategori sangat tinggi 54,5%, tinggi 9%, sedang 9%, rendah 0% , sangat rendah 27,5%.

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar pukulan lob pada siswa kelas atas peserta ekstrakurikuler Baulutangkis SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat kemampuan memukul lob siswa putra dengan kategori sangat tinggi adalah sebanyak 55%, kategori tinggi 0%, sedang 11,1%, rendah 0%, sangat rendah 33,3%. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan memukul lob peserta ekstrakurikuler siswa putra SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang adalah tinggi.

Dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan memukul lob dengan kategori sangat tinggi adalah sebanyak 54,5%, tinggi 9%, sedang 9%, kategori rendah 0%, kategori sangat rendah 27,5%. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa ketrampilan memukul lob peserta ekstrakurikuler siswa putri kemampuannya adalah tinggi.

Berdasarkan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tingkat keterampilan memukul lob pada siswa kelas atas peserta ekstrakurikuler Bulutangkis SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang masih perlu untuk ditingkatkan, sehingga bagi guru/pelatih dan siswa itu sendiri agar lebih banyak menambah jam khususnya untuk melakukan latihan yang berhubungan dengan teknik pukulan dalam bulutangkis khususnya memukul lob. Dilihat dari hasil pada penelitian setiap hasil dari siswa berbeda beda disebabkan karena kondisi fisik setiap siswa berbeda, bentuk latihan yang berbeda, daya tangkap setiap siswa berbeda, dan gizi setiap siswa juga berbeda maka dari itu siswa belajar teknik bermain bulutangkis dengan model bermain, tidak langsung ke bermain sesungguhnya. Dengan demikian teknik-teknik secara individu dapat dikuasai dengan tinggi, sehingga saat dilakukan tes hasilnya akan tinggi. Selain teknik yang belum dikuasai kecakapan tubuh siswa masih rendah. prestasi khususnya bulutangkis di SD N Surojoyo candimulyo Magelang juga masih rendah, SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang masih tertinggal jika dibandingkan dengan sekolah-sekolah lain di daerah kabupaten Magelang. Jadwal latihan ekstrakurikuler bulutangkis di SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang

hanya dilaksanakan 2 kali dalam seminggu, yaitu pada hari jumat dan sabtu pada pukul 15.00-16.30 WIB, dan peralatan yang dipakai, misalnya lapangan, net dan raket juga masih rendah tinggi kondisinya, sehingga ini dapat mengganggu proses latihan yang dapat mengakibatkan prestasi tidak maksimal.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Dari hasil analisis data, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu sebagai berikut: Tingkat kemampuan dasar memukul lob siswa putra dengan kategori sangat tinggi 55,6%, tinggi 0%, sedang 11,1%, rendah 0%, sangat rendah 33,3%. Tingkat kemampuan memukul lob siswa putri dengan kategori sangat tinggi 54,5%, tinggi 9%, sedang 9%, rendah 0%, sangat rendah 27,5%.

### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan kesimpulan di atas penelitian ini dapat berimplikasi yaitu: Sebagai bahan pertimbangan dalam latihan ekstrakurikuler bulutangkis SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang, supaya pada saat latihan siswa diharapkan berlatih dengan sungguh-sungguh, dan pihak sekolah serta guru dapat menjadi masukan sehingga dapat lebih terpacu untuk meningkatkan kualitas latihan dan peningkatan prestasi dalam olahraga bulutangkis.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Hasil penelitian ini dilakukan setinggi mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian, yaitu:

1. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik dan mental pada waktu dilaksanakan tes.

2. Kondisi kok yang dipukul setelah 20 kali menjadi tidak tinggi serta tingkat akurasi kok dan kesulitan saat memukul kok akan berbeda-beda maka seharusnya kok tersebut harus diganti dengan yang baru.
3. Pada saat penelitian pelempar kok dilakukan oleh peneliti
4. Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
5. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengkonsumsi makanan orang coba sebelum tes.
6. Pengambilan data hanya dilakukan satu kali sehingga rendah dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya kemungkinan pengambilan data lebih dari satu kali.
7. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes tanpa perlakuan, sehingga belum dapat diketahui faktor-faktor yang mempengaruhi pukulan lob siswa.
8. Sampel dalam penelitian ini terbatas hanya pada peserta ekstrakurikuler bulutangkis SD N Surojoyo, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang.

#### **D. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

1. Bagi guru hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi teknik kemampuan memukul lob saat membina siswa serta mengadakan tes dan pengukuran untuk mengetahui perkembangan ketrampilan anak didiknya.

2. Bagi siswa hendaknya melakukan latihan fisik di luar jadwal ekstrakurikuler dan menjaga dari segi kedisiplinan latihan dan asupan makanan agar semakin mendukung teknik bagi yang rendah.
3. Bagi sekolah perlu menyediakan fasilitas untuk pengajaran pendidikan jasmani
4. Bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti kemampuan dasar lob hendaknya mengadakan penelitian lebih lanjut dengan menggali data penelitian yang lebih bervariasi dan menggunakan variabel lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudjana. (2007). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta PT Grafindo Jaya
- Depdikbud. (1994). *Petunjuk Teknis Pengajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta PT. Rajasa Rasdakarya
- Herman Subardjah (2000). *Bulutangkis*. Depdikbud
- Hurlock. (1978). *Child Development*, New York McGraw Hall Internasional Book Company
- Johnson L Barry. (1988). *Practical Measurement for Evaluation in Physical Education*. New York, Mac Milan Publising Company
- Icuk Sugiyarto. (1993). *Strategi Mencapai Juara Bulutangkis*. Jakarta: Setyaki Eka Anugrah
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek untuk SMA Kelas X*. Jakarta: Airlangga
- PBSI (1978), *Buku Pedoman Bulutangkis*, Jakarta : PB PBSI
- Pedoman Penulisan Tugas Akhir. (2011). Universitas Negeri Yogyakarta
- Puji Hastuti. (2009). *Buku Panduan Cabang Olahraga Bulutangkis Special Olympics*. Jakarta; Spesial Olympics Indonesia
- Rackmat Julianto, (2010). *Tingkat Kemampuan Pukulan lob Dalam Permainan Bulutangkis Ekstrakurikuler Peserta Siswa SD Negeri Setiadi Kebumen Purworejo*. FIK. Universitas Negeri Yogyakarta
- Syahri, Alhusin. (2007). *Gemar Bermain Bulutangkis*. Yogyakarta : FIK UNY
- Saryadi. (2010). *Kemampuan Dasar Memukul Lob Dalam Permainan Bulutangkis Siswa Kelas Atas SD Negeri 2 Nanggulan KulonProgo*. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY
- Sumadi Suryabrata (1978). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga
- Sugiyono. (2006). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Praktek*. Jakarta : Bina Aksara
- Sumarno. (2003). *Olahraga Pilihan I*. Jakarta: Universitas Terbuka.

- Sutrisna. (2007). *Mempersiapkan Pemain Bulutangkis Berprestasi*. Jakarta Barat: PT Musi Perkasa Utama
- Sutrisno Hadi. (2004). *Statistik (jilid2)*. Yogyakarta : Andi Offset
- Tohar. (1992). *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Jakarta : Depdikbud
- Grice Tony. (2007). *Petunjuk Praktis Bermain Bulutangkis Untuk Pemula dan Lanjut*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada
- UNY. (2011) *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Lembar Pengesahan Permohonan Ijin Penelitian

### Lembar Pengesahan

Proposal Penelitian : Tingkat Kemampuan Dasar Memukul Lob dalam Permainan Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler di SD Negeri Surojoyo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang.

Telah diperiksa dan layak untuk diteliti

Nama : Febry Kusuma Bangkit

NIM : 11601247129

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar PENJAS

Yogyakarta 19 Desember 2013

Mengetahui

Koordinator SI PGSD PENJAS



Drs. Sriawan, M. Kes

NIP.19580830 198703 1 003

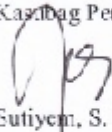
Dosen Pembimbing



Drs. R. Sunardianta, M. Kes

NIP.19581101 198603 1 002

Kasubag Pendidikan FIK UNY



Sutiyan, S. Si

NIP.1970522 199903 2 001

## Lampiran 2. Lembar Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 584/UN.S4.16/PP/2013 23 Desember 2013  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. : Ka. Kesbanglinmas  
Jl. Jend. Sudirman  
Yogyakarta


Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan izin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Febry Kusuma Bangki  
NIM : 11601247129  
Jurusan : POR  
Prodi : S-1 PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Desember 2013 s.d. Januari 2014  
Tempat/obyek : SD Negeri Surojoyo, Kec. Candimulyo, Kab. Magelang/siswa  
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Dasar Memukul Lob Dalam Permainan Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Di SD Negeri Surojoyo Kec. Candimulyo, Kab. Magelang.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

  
Drs. Rumpus Agus Sudarso, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD Negeri Surojoyo, Kec. Candimulyo
2. Koordinator S-1 PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

### Lampiran 3. Surat Keterangan Hasil Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG  
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLARAGA  
KECAMATAN CANDIMULYO  
SEKOLAH DASAR NEGERI SUROJOYO  
*Alamat : Surojoyo, Candimulyo Magelang Kode Pos 55191*

#### SURAT KETERANGAN

No : 421.2/60/20.15.12.SD/2014

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SD Negeri Surojoyo Candimulyo Kabupaten Magelang,

Nama : SRI UPAMI, S.Pd.SD  
NIP : 19570202 197701 2 005  
Golongan Ruang : IV/A  
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa,

Nama : Febry Kusuma Bangkit  
NIM : 11601247129  
PRODI : PGSD Perjas / POR  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

telah benar-benar melakukan melaksanakan penelitian tugas akhir di SD Negeri Surojoyo Candimulyo mulai tanggal 13 – 15 Januari 2014 dengan judul **TINGKAT KEMAMPUAN DASAR MEMUKUL LOB DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PESERTA EKSTRAKULIKULER SD NEGERI SUROJOYO CANDIMULYO MAGELANG**

Demikian surat keterangan ini kami buat, agar diperlukan sebagaimana mestinya.

Candimulyo, 15 Februari 2014

Kepala Sekolah  
  
SRI UPAMI, S.Pd.SD  
NIP.19570202 197701 2 005

#### Lampiran 4. Diskripsi Data Penelitian Siswa Putra

##### Statistics

VAR00001

N	Valid	9
	Missing	0
Mean		49.5556
Median		52.0000
Mode		52.00
Std. Deviation		1.17485E1
Variance		138.028
Range		35.00
Minimum		33.00
Maximum		68.00
Sum		446.00

## Lampiran 5. Frekuensi Tabel Putra

VAR00001

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	33	1	11.1	11.1	11.1
	35	1	11.1	11.1	22.2
	40	1	11.1	11.1	33.3
	50	1	11.1	11.1	44.4
	52	2	22.2	22.2	66.7
	54	1	11.1	11.1	77.8
	62	1	11.1	11.1	88.9
	68	1	11.1	11.1	100.0
Total		9	100.0	100.0	

## Lampiran 6. Diskripsi Data Penelitian Siswa Putri

### Statistics

VAR00001

N	Valid	11
	Missing	0
Mean		61.0000
Median		74.0000
Mode		86.00
Std. Deviation		2.80713E1
Variance		788.000
Range		73.00
Minimum		14.00
Maximum		87.00
Sum		671.00

### Lampiran 7. Frekuensi Tabel Putri

VAR00001

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14	1	9.1	9.1	9.1
	18	1	9.1	9.1	18.2
	26	1	9.1	9.1	27.3
	62	1	9.1	9.1	36.4
	65	1	9.1	9.1	45.5
	74	1	9.1	9.1	54.5
	75	1	9.1	9.1	63.6
	78	1	9.1	9.1	72.7
	86	2	18.2	18.2	90.9
	87	1	9.1	9.1	100.0
Total		11	100.0	100.0	

## Lampiran 8. Dokumentasi



Siswa saat akan memukul Lob





**Lampiran 9. Data Hasil Penelitian Memukul Lob**

No	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	jumlah
1	2	2	4	5	5	5	4	0	4	2	5	0	2	5	2	3	0	4	0	52
2	0	5	5	4	4	5	0	5	2	2	4	0	0	3	0	2	5	0	5	54
3	5	3	5	0	0	0	3	0	3	2	4	0	3	0	0	2	5	0	5	35
4	0	4	2	0	2	0	5	5	0	0	4	4	5	3	0	4	2	2	3	50
5	0	4	4	3	5	4	0	4	5	2	5	0	2	2	4	2	0	3	3	52
6	0	0	0	2	2	4	2	3	0	4	0	2	0	0	5	4	4	4	4	40
7	4	2	2	0	0	0	0	0	2	2	0	2	2	4	4	5	3	0	3	33
8	3	2	3	2	3	3	4	3	5	0	3	3	5	4	4	4	3	4	4	68
9	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	62
10	4	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	3	2	2	4	3	3	4	2	65
11	4	4	3	4	4	5	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	78
12	2	0	4	0	0	2	0	0	0	3	0	0	2	0	0	0	3	0	0	18
13	2	0	2	3	2	0	0	4	3	0	2	2	0	0	0	2	0	2	3	26
14	0	0	0	5	0	0	0	0	2	0	2	2	0	0	0	0	0	3	0	16
15	5	5	4	5	5	4	3	4	4	5	3	5	4	5	5	4	4	5	5	87
16	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	3	3	5	86
17	2	2	5	5	2	5	4	5	3	5	4	4	5	4	5	3	2	4	4	75
18	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	5	4	5	5	3	5	4	4	86
19	2	3	4	4	4	5	4	3	3	5	4	4	3	4	4	3	5	3	4	74
20	4	4	2	4	4	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	4	3	4	62

