

**HUBUNGAN POWER LENGAN, POWER TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA-TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN JUMP SMASH PADA ATLET
PB. TRINOX MUSTIKA JAYA KOTA BEKASI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh
Gelar Strata Satu Pendidikan Program Studi Pendidikan
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh :

AJENG APRIRIZALNI

41182191190022

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

2023

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

HUBUNGAN POWER LENGAN, POWER TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA-TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN JUMP SMASH PADA ATLET
PB. TRINOX MUSTIKA JAYA KOTA BEKASI

Oleh :

Ajeng Apririzalni
41182191190022

Telah Disetujui oleh :

Pembimbing



Dr. Bujang, Drs., M.Si

Tanggal 7 Juli 2023

Mengetahui,

Ketua Program Studi PJKR

FKIP UNISMA Bekasi



Dr. Apta Mylsidayu, M.Or
NIK: 45101122011035

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

HUBUNGAN POWER LENGAN, POWER TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA-TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN JUMP SMASH PADA ATLET
PB. TRINOX MUSTIKA JAYA KOTA BEKASI

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

Ajeng Apririzalni

41182191190022

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 21 Juli 2023

dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua : Yudi Budianti, M.Pd

Sekretaris : Dr. Apta Mylsidayu, M.Or

Anggota : Dr. Dindin Abidin, M.Si

Anggota : Tatang Iskandar M.Pd

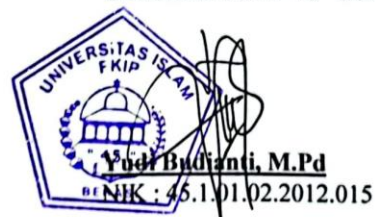
Anggota : Elly Diana Mamesah M.Pd



Bekasi, 21 Juli 2023

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam "45" Bekasi



Yudi Budianti, M.Pd
NIMK : 46.1.01.02.2012.015

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Ajeng Apririzalni

Nomor Pokok Mahasiswa : 41182191190022

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "*Hubungan Power Lengan, Power Tungkai dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan Jump Smash Pada Atlet PB. Trinox Mustika Jaya Kota Bekasi*" ini benar-benar saya kerjakan sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan plagiarism, pencurian hasil karya milik orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya karena hubungan material maupun non-material, ataupun segala kemungkinan lain yang pada hakekatnya bukan merupakan karya saya secara orisinil dan otentik. Bila kemudian hari diduga kuat ada ketidaksesuaian antara fakta dengan kenyataan ini, saya bersedia diproses oleh tim Fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi, dengan sanksi terberat berupa pembatalan kelulusan/kesarjanaan.

Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak maupun demi menegakan integritas akademik di institusi ini.

Bekasi, 6 Juli 2023

Saya yang menyatakan

A pink 2000 Rupiah stamp with a handwritten signature in blue ink. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', 'TEL. 20', 'METRAI', and 'PEMPEL'. The serial number 'E1AJX004223957' is visible at the bottom.

Ajeng Apririzalni

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

"Kamu harus menjadi penggemar terbesar dirimu sendiri, karena dunia sangat hebat untuk membuatmu terjatuh"

(Marathon - Day6)

Persembahan

Skripsi ini

Saya persembahkan untuk

Kedua orang tua saya yang sangat saya cintai dan

Diri saya sendiri yang telah berjuang

ABSTRAK

Ajeng Apririzalni, NPM: 41182191190022, Hubungan *Power* Lengan, *Power* Tungkai dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Kemampuan Jump Smash pada Atlet PB. TRINOX Kota Bekasi. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Islam “45” Bekasi.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui 1) apakah terdapat hubungan *power* lengan terhadap kemampuan pukulan *jump smash* bulutangkis pada atlet PB.TRINOX, 2) apakah terdapat hubungan *power* tungkai terhadap kemampuan pukulan *jump smash* bulutangkis pada atlet PB.TRINOX, 3) apakah terdapat koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *jump smash* bulutangkis pada atlet PB. TRINOX, 4) apakah terdapat hubungan *power* lengan, *power* tungkai dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama terhadap kemampuan pukulan *jump smash* bulutangkis pada atlet PB. TRINOX.

Metodologi penelitian ini menggunakan metode korelasi sedangkan populasi dalam penelitian ini adalah atlet PB. Trinox yang berkategori remaja, berjumlah 15 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*.

Dari perhitungan statistik didapat hasil, secara parsial *power* lengan adanya hubungan terhadap peningkatan *jump smash* permainan bulutangkis, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 3.397, nilai “t” 3.303 dan signifikan pada alpha 1%. Sedangkan *power* tungkai memberikan hubungan terhadap peningkatan *jump smash* permainan bulutangkis, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.296, nilai “t” 3.520 dan signifikan pada alpha 1%. Begitu pula dengan koordinasi mata-tangan adanya hubungan terhadap peningkatan *jump smash* permainan bulutangkis, dengan nilai koefisien korelasi 1.667, nilai “t” 5.436 dan signifikan pada alpha 1%.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka disarankan bagi pelatih untuk meningkatkan kemampuan *jump smash* permainan bulutangkis, sebaiknya perlu dibina dahulu adalah teknik pada saat mengambil langkah ketika ingin melakukan lompatan diikuti dengan posisi tangan mengangkat keatas siap melakukan pukulan smash bulutangkis.

Kata kunci: *jump smash* bulutangkis, *power* lengan, *power* tungkai, koordinasi mata-tangan

ABSTRACT

Ajeng Apririzalni, NPM: 41182191190022, The Relationship between Arm Power, Limb Power and Eye-Hand Coordination to Jump Smash Ability Athletes in PB. TRINOX Bekasi City. Thesis. Faculty of Teacher Training and Education. Islamic University "45" Bekasi.

The purpose of this study was to determine 1) whether there is a relationship between arm power and the ability to hit badminton jump smash on PB. TRINOX athletes, 2) whether there is a relationship between leg power and the ability to hit badminton jump smash on PB. TRINOX athletes, 3) whether there is eye-hand coordination on the ability to hit badminton jump smash on PB athletes. TRINOX, 4) is there a relationship between arm power, leg power and eye-hand coordination together on the ability to hit badminton jump smash shots on athletes PB. TRINOX.

This research methodology uses a correlation method while the population in this study are athletes PB. Trinox who are categorized as teenagers, totaling 15 people. The sampling technique used is purposive sampling.

From statistical calculations obtained results, partially arm power has a relationship to increasing jump smash badminton games, with a correlation coefficient value of 3.397, a "t" value of 3.303 and significant at 1% alpha. While leg power provides a relationship to increasing jump smash badminton games, with a correlation coefficient value of 0.296, a "t" value of 3.520 and significant at 1% alpha. Likewise, eye-hand coordination has a relationship to increasing jump smash badminton games, with a correlation coefficient value of 1.667, a "t" value of 5.436 and significant at 1% alpha.

Based on the results of the research obtained, it is recommended for the coach to improve the ability to jump smash badminton games, it should be fostered first is the technique when taking a step when you want to make a jump followed by the position of the hand lifting up ready to hit a badminton smash.

Keywords: badminton jump smash, arm strength, leg strength, eye-hand coordination

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas berkat, Rahmat, taufik dan hidayah-Nya, penyusunan skripsi yang berjudul “*Hubungan Power Lengan, Power Tungkai dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan Jump Smash Pada Atlet PB. Trinox Mustika Jaya Kota Bekasi*” dapat diselesaikan dengan baik.

Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini semoga hasilnya dapat bermanfaat untuk dapat dijadikan suatu pedoman dan salah satu alternatif dalam meningkatkan kualitas pemain PB. TRINOX.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna dan untuk itu kritik dan saran pembaca senantiasa penulis harapkan semoga penelitian ini bermanfaat dan kiranya bagi para pembaca.

Pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan rasa hormat dan banyak berterima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulisan skripsi ini dengan kerelaan dan keikhlasan hati, terutama rasa hormat dan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Yudi Budiyanti., M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi
2. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M.Or selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi

3. Bapak Dr. Bujang, Drs.,M.Si selaku dosen Pembimbing Akademik, sekaligus selaku dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar membimbing dan memberikan arahan sehingga terselesaikannya tugas akhir skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi
5. Kepada Ketua, Pelatih, dan atlet PB. Trinox Kota Bekasi yang telah meluangkan waktu untuk penulis sehingga penulisan skripsi ini bisa cepat terselesaikan.
6. Kedua orang tua (Bapak Nyoto dan Ibu Sukmiati) terimakasih, penulis sampaikan rasa hormat pengabdian yang terdalam serta terimakasih tidak terhingga yang telah mencurahkan kasih sayang, dukungan, mendoakan, serta memberikan segalanya secara ikhlas tidak hentinya.
7. Kepada Park Jaehyung, Park Sungjin, Kim Younghyun, Kim Wonpil, Yoon Dowoon, Kim Minseok sebagai motivasi dan penyemangat penulis dalam menyusun skripsi.
8. Semua pihak yang telah membantu saya dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Bekasi, 8 Juli 2023

Penyusun

Ajeng Apririzalni

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	1
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	4
B. Batasan dan Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat penelitian	7
E. Definisi Operasional	9
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Kerangka Teori	9
1. Hakikat Bulutangkis	25
2. Jump smash.....	30
3. Hakikat Kondisi Fisik.....	39
B. Penelitian Yang Relevan.....	41
C. Kerangka Berpikir.....	42
D. Hipotesis	

BAB III	PROSEDUR PENELITIAN.....	43
	A. Metode Penelitian.....	43
	B. Populasi dan Sampel.....	43
	C. Tempat dan Waktu Penelitian	44
	D. Desain dan Instrumen Penelitian.....	45
	E. Prosedur Analisis Data	52
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	56
	A. Deskripsi Data	56
	B. Hasil Penelitian.....	58
	C. Pembahasan	62
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	65
	A. Kesimpulan.....	65
	B. Saran.....	66
	DAFTAR PUSTAKA	67
	LAMPIRAN.....	70

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Lapangan Bulutangkis	13
Gambar 2.2 Raket Bulutangkis	14
Gambar 2.3 Perbedaan Kepala Raket.....	15
Gambar 2. 4 Kok Bulutangkis.....	16
Gambar 2.5 Sepatu Bulutangkis.....	17
Gambar 2.6 Pegangan <i>Forehand</i>	18
Gambar 2.7 Pegangan <i>Backhand</i>	19
Gambar 2.8 Footwork.....	20
Gambar 2.9 Posisi Badan	21
Gambar 2. 10 Pukulan Servis	22
Gambar 2.11 Pengembalian Servis	22
Gambar 2.12 Pukulan Overhead Lob	23
Gambar 2.13 Pukulan Netting.....	24
Gambar 2.14 Pukulan Drop Shot	24
Gambar 2. 15 Pukulan Smash	26
Gambar 2.16 Struktur Anatomi Lengan	36
Gambar 2.17 Struktur Anatomi Tungkai.....	37
Gambar 3.1 Desain Penelitian	45
Gambar 3.2 Langkah-langkah Penelitian	46
Gambar 3.3 Tes <i>Power</i> Lengan.....	47
Gambar 3.4 Tes <i>Power</i> Tungkai.....	48
Gambar 3.5 Tes Koordinasi Mata Tangan	50
Gambar 3.6 Tes Pukulan Jump Smash Bulutangkis.....	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Deskripsi Data	56
Tabel 4.2 Normalitas Data.....	58
Tabel 4.3 Homogenitas Data	59
Tabel 4.4 Koefisien Data	60
Tabel 4.5 Koefisien Regresi	61

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Hasil Tes Penelitian.....	70
Lampiran 2 Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas.....	71
Lampiran 3 Hasil Regresi dan Rata-rata.....	72
Lampiran 4 Koefisien Regresi	73
Lampiran 5 SK Bimbingan	74
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian	75
Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian	76
Lampiran 8 Frekwensi Bimbingan.....	77
Lampiran 9 Dokumen Penelitian	79
Lampiran 10 Dokumen Penelitian	80
Lampiran 11 Dokumen Penelitian	81
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	82