

## DAFTAR PUSTAKA

- Accelerometry. 2019. *In ISBS-Conference Proceedings Archive*.  
<https://ojs.uibnkonstanz.de/cpa/article/view/460>.
- Akhsan, H. 2012. *Mahir Bulutangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rikena Cipta.
- Arisman. 2019. "Pengaruh Latihan Square Terhadap Daya Tahan Aerobic Atlet Sriwijaya Archery Club." *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 2(2):45–53.
- Arisman, A, & Saripin, S. 2018. *Hubungan kelentukan pergelangan tangan dan power otot lengan-bahu dengan hasil akurasi smash bulutangkis putra pada PB*. Angkasa Pekanbaru. *Journal of Sport Education*, 1(1), 9-16.
- Bagaskara, E. 2017. *Pengaruh Latihan Smash Sasaran Tetap Dan Sasaran Berubah Terhadap Peningkatan Kemampuan Smash Pada Atlet Bulutangkis Di Pb Ac Quality Yogyakarta*. *Pend. Kepeleatihan OlahragaS1*, 1(6).
- Bańkosz, Z., Nawara, H., & Ociepa, M. 2013. *Assessment of simple reaction time in badminton players*. 1, 8.
- Bipasa Seth. 2016. *Determination Factors of Badminton Permainans Performance*, 3(1), 20-22.
- Borg. W.R. dan Gall, M.D. 1983. *Educational Research: An Introduction*. New York: Longman.
- Budiwanto, S. 2012. *Metodologi Latihan Bulutangkis*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Budiwanto, S. 2013. *Dasar-dasar Teknik dan Taktik Bermain Bulutangkis*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Chan, F. 2012. *Strength Training (Latihan Kekuatan)*. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 1(1). <https://www.onlinejournal.unja.ac.id/csp/article/view/703>.
- Desmita. 2015. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- DHEA. 2016. *Levels in male badminton players*. *European Journal of Experimental Biology*, 4(1), 265–269.
- Herman Subarjah dan Satriya. 2013. *Kepeleatihan Permainan Bulutangkis*.

- Hong, Y., Wang, S. J., Lam, W. K., & Cheung, J. T.-M. 2014. *Kinetics of Badminton Lunges in Four Directions*. *Journal of Applied Biomechanics*, 30(1), 113–118.
- Icuk Sugiyarto. 1993. *Strategi Mencapai Juara Bulutangkis*. Jakarta: Setyaki Eka Anugrah.
- Jaitner, T., & Gawin, W. 2007. Analysis Of Badminton Smash With A Mobile Measure Device Based On.
- JORPRES. 2019. *Jurnal Olahraga Prestasi*. 12(1).  
<https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres/article/view/9496>.
- Juang, B. R. 2015. Analisis Kelebihan dan Kelemahan Keterampilan Teknik Bermain Bulutangkis pada Pemain.
- Karyono, T. 2016. *Pengaruh Metode Latihan Dan Power Otot Tungkai Terhadap Kelincahan Bulutangkis*.
- Khodami, A., Nikseresht, A., & Khoshnam, E. 2014. The effect of 8 weeks of plyometric training on cortisol and.
- Kristiyanto, A. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Subarjah, Herman. 2004. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Bulutangkis*. Jakarta. Direktorat Jendendral Olahraga, Depdiknas.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya
- Werner W. K. H. and Sharon A. H. 2011. *Lifetime Physical Fitness and Wellness*. Wadsworth: United State of America.
- Zhao Zhang et.al. 2016. The Influence of XFactor (Trunk Rotation) and Experience on the Quality of the Badminton Forehand Samsh, 53, 9-10.

**Lampiran 1 Hasil Tes Afektif Prasiklus**

NO URUT	NAMA	L/P	KEBERANIAN	KERJASAMA	PERCAYA DIRI	TOLERANSI	JUMLAH	NILAI AKHIR	KRITERIA
1	Andini Nayra Putri	P	2	2	3	4	11	68,75	TIDAK TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	1	1	1	2	5	31,25	TIDAK TUNTAS
3	Febriansyah	L	3	2	2	1	8	50,00	TIDAK TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	2	2	1	1	6	37,50	TIDAK TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	2	1	2	3	8	50,00	TIDAK TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	1	2	1	2	6	37,50	TIDAK TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	2	1	3	4	10	62,50	TIDAK TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	1	1	1	1	4	25,00	TIDAK TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	3	2	4	3	12	75,00	TIDAK TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	2	2	1	1	6	37,50	TIDAK TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	3	3	1	1	8	50,00	TIDAK TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	2	4	4	4	14	87,50	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	2	1	1	1	5	31,25	TIDAK TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	2	2	2	2	8	50,00	TIDAK TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	1	1	1	3	6	37,50	TIDAK TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	1	1	1	1	4	25,00	TIDAK TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	1	2	2	4	9	56,25	TIDAK TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	2	1	1	1	5	31,25	TIDAK TUNTAS

## Lampiran 2 Hasil Tes Kognitif Prasiklus

### HASIL TES KOGNITIF PRASIKLUS

NO URUT	NAMA	L/P	JAWAB BUTIR PERTANYAAN 1	JAWAB BUTIR PERTANYAAN2	JAWAB BUTIR PERTANYAAN 3	JUMLAH	NILAI AKHIR	KRITERIA
1	Andini Nayra Putri	P	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	2	3	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
3	Febriansyah	L	3	4	2	9	75,00	TIDAK TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	2	2	2	6	50,00	TIDAK TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	2	2	2	6	50,00	TIDAK TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	2	2	1	5	41,67	TIDAK TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	3	2	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	3	2	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	3	2	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	3	2	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	3	4	3	10	83,33	TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	1	3	4	8	66,67	TIDAK TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	3	2	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	3	2	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	2	3	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	2	2	3	7	58,33	TIDAK TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	2	4	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	4	2	4	10	83,33	TUNTAS

Lampiran 3 Hasil Tes Psikomotor Prasiklus

HASIL TES PSIKOMOTOR PRASIKLUS

No Urut	Nama	L/P	Posisi Awal Melakukan Smash	Posisi Tangan Saat Melakukan Pukulan Forehand	Posisi Jatuh Bola Melewati Net Dan Sasaran	Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
1	Andini Nayra Putri	P	3	2	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	3	3	3	9	75,00	TIDAK TUNTAS
3	Febriansyah	L	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	3	2	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	2	2	3	7	58,33	TIDAK TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	3	2	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	3	2	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	2	2	3	7	58,33	TIDAK TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	2	3	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	3	3	3	9	75,00	TIDAK TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	3	4	3	10	83,33	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	3	3	3	9	75,00	TIDAK TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	3	3	3	9	75,00	TIDAK TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	2	3	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	3	2	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	3	2	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS

### Lampiran 4 Hasil Penilaian Prasiklus

JUMLAH SISWA TUNTAS	3
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	15
PROSENTASE SISWA TUNTAS	17%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	83%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR KOGNITIF	KETUNTASAN	
		JUMLAH SISWA	%
PRASIKLUS	63,89	3	17%

NILAI	JUMLAH SISWA	PERSENTASE (%)
<75	3	17%
75 - 100	15	83%
JUMLAH	18	100%

JUMLAH SISWA TUNTAS	1
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	17
PROSENTASE SISWA TUNTAS	6%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	94%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR AFEKTIF	KETUNTASAN	
		JUMLAH SISWA	%
PRASIKLUS	46,88	1	6%

NILAI	JUMLAH SISWA	PERSENTASE (%)
<75	1	6%
75 - 100	17	94%
JUMLAH	18	100%

JUMLAH SISWA TUNTAS	1
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	17
PROSENTASE SISWA TUNTAS	6%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	94%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR AFEKTIF	KETUNTASAN	
		JUMLAH SISWA	%
PRASIKLUS	67,59	1	6%

NILAI	JUMLAH SISWA	PERSENTASE (%)
<75	1	6%
75 - 100	17	94%
JUMLAH	18	100%

## Lampiran 5 Hasil Tes Afektik Siklus I

### HASIL TES AFEKTIK SIKLUS I

NO URUT	NAMA	L/P	KEBERANIAN	KERJASAMA	PERCAYA DIRI	TOLERANSI	JUMLAH	NILAI AKHIR	KRITERIA
1	Andini Nayra Putri	P	4	3	4	3	14	87,50	TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
3	Febriansyah	L	4	4	3	1	12	75,00	TIDAK TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	4	2	4	3	13	81,25	TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	4	4	3	3	14	87,50	TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	4	2	2	3	11	68,75	TIDAK TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	2	3	2	3	10	62,50	TIDAK TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	3	2	4	3	12	75,00	TIDAK TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	4	2	2	3	11	68,75	TIDAK TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	4	2	3	3	12	75,00	TIDAK TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	4	3	3	2	12	75,00	TIDAK TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	4	3	4	3	14	87,50	TUNTAS

## Lampiran 6 Hasil Tes Kognitif Siklus I

### HASIL TES KOGNITIF SIKLUS I

NO URUT	NAMA	L/P	JAWAB BUTIR PERTANYAAN 1	JAWAB BUTIR PERTANYAAN 2	JAWAB BUTIR PERTANYAAN 3	JUMLAH	NILAI AKHIR	KRITERIA
1	Andini Nayra Putri	P	4	3	2	9	75,00	TIDAK TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
3	Febriansyah	L	2	3	2	7	58,33	TIDAK TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	4	3	2	9	75,00	TIDAK TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	3	2	4	9	75,00	TIDAK TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	4	4	3	11	91,67	TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	4	3	4	11	91,67	TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	3	4	4	11	91,67	TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	3	4	2	9	75,00	TIDAK TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	4	4	3	11	91,67	TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	4	3	2	9	75,00	TIDAK TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS



**Lampiran 7 Hasil Tes Psikomotor Siklus I**

<b>No Urut</b>	<b>Nama</b>	<b>L/P</b>	<b>Posisi Awal Melakukan Smash</b>	<b>Posisi Tangan Saat Melakukan Pukulan Forehand</b>	<b>Posisi Jatuh Bola Melewati Net Dan Sasaran</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Nilai Akhir</b>	<b>Kriteria</b>
1	Andini Nayra Putri	P	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	3	2	4	9	75,00	TIDAK TUNTAS
3	Febriansyah	L	3	2	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	4	2	3	9	75,00	TIDAK TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	3	3	2	8	66,67	TIDAK TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	4	3	2	9	75,00	TIDAK TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	3	4	4	11	91,67	TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	4	4	2	10	83,33	TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	2	2	3	7	58,33	TIDAK TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	2	2	3	7	58,33	TIDAK TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	4	4	3	11	91,67	TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	3	4	3	10	83,33	TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS

## Lampiran 8 Hasil Test Siklus I

JUMLAH SISWA TUNTAS	11
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	7
PROSENTASE SISWA TUNTAS	61%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	39%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR	KETUNTASAN	
		JUMLAH SISWA	%
SIKLUS II	78,47	11	61%

NILAI	JUMLA H SISWA	PERSENTASE (%)
<75	11	61%
75 - 100	7	39%
JUMLAH	18	100%

JUMLAH SISWA TUNTAS	9
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	9
PROSENTASE SISWA TUNTAS	50%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	50%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR AFEKTIF	KETUNTASAN	
		JUMLA H SISWA	%
PRASIKLUS	78,70	9	50%

NILAI	JUMLA H	PERSENTASE (%)
<75	9	50%
75 - 100	9	50%
JUMLAH	18	100%

JUMLAH SISWA TUNTAS	9
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	9
PROSENTASE SISWA TUNTAS	50%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	50%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR PSIKOMOTOR	KETUNTASAN	
		JUMLA H SISWA	%
PRASIKLUS	76,39	9	50%

NILAI	JUMLAH SISWA	PERSENTASE (%)
<75	9	50%
75 - 100	9	50%
JUMLAH	18	100%

### Lampiran 9 Hasil Tes Afektif Siklus II

NO URUT	NAMA	L/P	KEBERANIAN	KERJASAMA	PERCAYA DIRI	TOLERANSI	JUMLAH	NILAI AKHIR	KRITERIA
1	Andini Nayra Putri	P	4	3	4	3	14	87,50	TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
3	Febriansyah	L	4	4	3	3	14	87,50	TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	4	3	4	3	14	87,50	TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	4	4	3	3	14	87,50	TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	3	3	4	3	13	81,25	TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	4	3	3	3	13	81,25	TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	4	3	4	3	14	87,50	TUNTAS

### Lampiran 10 Hasil Tes Kognitif Sikul II

NO URUT	NAMA	L/P	JAWAB BUTIR PERTANYAAN 1	JAWAB BUTIR PERTANYAAN2	JAWAB BUTIR PERTANYAAN 3	JUMLAH	NILAI AKHIR	KRITERIA
1	Andini Nayra Putri	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
3	Febriansyah	L	2	3	3	8	66,67	TIDAK TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	4	4	3	11	91,67	TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	4	3	4	11	91,67	TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	3	4	4	11	91,67	TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	3	4	3	10	83,33	TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	3	3	4	10	83,33	TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	4	4	3	11	91,67	TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	4	3	3	10	83,33	TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	3	4	3	10	83,33	TUNTAS

**Lampiran 11 Hasil Tes Psikomotor Siklus II**

<b>NO URUT</b>	<b>NAMA</b>	<b>L/P</b>	<b>Posisi Awal Melakukan Smash</b>	<b>Posisi Tangan Saat Melakukan Pukulan Forehand</b>	<b>Posisi Jatuh Bola Melewati Net Dan Sasaran</b>	<b>JUMLAH</b>	<b>NILAI AKHIR</b>	<b>KRITERIA</b>
1	Andini Nayra Putri	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
2	Ari Setiawan	L	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
3	Febriansyah	L	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
4	Gibra April Rizki	L	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
5	Haykal Agasha	L	4	2	4	10	83,33	TUNTAS
6	Hesti Pradita	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
7	Ibnu Hanafi	L	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
8	Irgi Cahaya Putra	L	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
9	Irpan Maulana	L	4	2	3	9	75,00	TIDAK TUNTAS
10	Kyla Sabila Arbiati	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
11	Muhammad Yasir Ali	L	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
12	Nafeza Amira Prayudi	P	4	3	4	11	91,67	TUNTAS
13	Nakeisha Najjiyatul Aslah	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
14	Robiatul Adawiyah	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
15	Silvia Fatayatul Latifah	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
16	Syaqila Azahra Putri	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
17	Zahratus Saniyati	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS
18	Zalfa Quratu'aini	P	4	4	4	12	100,00	TUNTAS

## Lampiran 12 Hasil Penilaian Format Siklus II

JUMLAH SISWA TUNTAS	18
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	0
PROSENTASE SISWA TUNTAS	100%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	0%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR AFEKTIF	KETUNTASAN	
		JUMLA H SISWA	%
SIKLUS I	82,99	18	100%

NILAI	JUMLA H	PERSENTASE (%)
<75	18	100%
75 - 100	0	0%
JUMLAH	18	100%

JUMLAH SISWA TUNTAS	17
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	1
PROSENTASE SISWA TUNTAS	94%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	6%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR AFEKTIF	KETUNTASAN	
		JUMLA H SISWA	%
SIKLUS II	84,26	17	94%

NILAI	JUMLA H	PERSENTASE (%)
<75	17	94%
75 - 100	1	6%
JUMLAH	18	100%

JUMLAH SISWA TUNTAS	17
JUMLAH SISWA TIDAK TUNTAS	1
PROSENTASE SISWA TUNTAS	94%
PROSENTASE SISWA TIDAK TUNTAS	6%

SIKULUS	RATA-RATA HASIL BELAJAR PSIKOMOTOR	KETUNTASAN	
		JUMLA H SISWA	%
SIKLUS II	97,22	17	94%

NILAI	JUMLA H	PERSENTASE (%)
<75	17	94%
75 - 100	1	6%
JUMLAH	18	100%

Lampiran 13 Lembar Pengesahan Judul

Judul yang disetujui:

Model Latihan Power otot lengan Terhadab  
kemampuan Power smash bulutangkis Pada  
usia 13-15 tahun

Menyetujui

Pembimbing Akademik

Perpustakaan/TU

ARI FANZ RUDLO, M.Pd

Mengetahui

Ketua Program Studi PJKR

## Lampiran 14 Surat Penetapan Pembimbing



UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 8801192

SURAT KEPUTUSAN DEKAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
NOMOR : 195 / SK.01/E-DK / III / 2023

TENTANG  
PENETAPAN PEMBIMBING PENULISAN SKRIPSI  
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

- Menimbang : 1. Bahwa penyelesaian akhir program mahasiswa jenjang pendidikan S1 untuk Jurusan Pendidikan Jasmani dilakukan penulisan skripsi.  
2. Bahwa untuk kelancaran penulisan, perlu untuk menetapkan pembimbing penulisan
- Mengingat : 1. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.  
2. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi.  
3. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 066/V/1994, tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan penilaian hasil belajar.  
4. Kurikulum Jurusan Pendidikan Jasmani Program Studi Pendidikan Jasmani
- Memperhatikan : a. Rapat Koordinasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
b. Rekomendasi Seminar Proposal Ketan Program Studi Pendidikan Jasmani

### MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Mengangkat Saudara : **Mia Kusumawati, M.Pd**
- Pertama : Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi  
Nama : **Agung Gumilar**  
NPM : 41182191160273  
*Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Pukulan Forehand Smash Bulutangkis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas 6A SDN Burangkeng 01*
- Kedua : Surat Keputusan berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan akhir semester **Ganjil T.A. 2023/2024**
- Ketiga : Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi sampai dengan batas akhir tanggal tersebut di atas, maka keputusan ini tidak berlaku lagi dan biaya bimbingan dinyatakan habis terpakai.
- Keempat : Mahasiswa yang akan melanjutkan skripsi diharuskan membayar bimbingan sebesar ketentuan yang berlaku.
- Kelima : Apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana

DITETAPKAN DI : Bekasi  
TANGGAL : 15 Maret 2023

  
**Yudi Budianti, M.Pd**  
Dekan

- Tembusan : Yth.  
1. Direktur DAPA UNISMA Bekasi  
2. Dosen Pembimbing  
3. Arsip



## Lampiran 15 Surat Izin Penelitian



UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 8801192

Nomor : 196 / SE / FKIP / UNISMA / V / 2023  
Lampiran : 1 (satu) Berkas  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.  
**Kepala Sekolah SDN Burangkeng 01**  
di  
Tempat

*Assalamu'alaikum, Wr. Wb .*

Dengan ini kami beritahukan dengan hormat, bahwa :

Nama Mahasiswa : Agung Gumilar  
NPM : 41182191160273  
Program Studi : PENJAS  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Waktu Penelitian Hingga : **29 Februari 2024**


Bermaksud akan mengadakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul :  
*Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Pukulan Forehand Smash Bulutangkis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas 6A SDN Burangkeng 01*

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar yang bersangkutan dapat kiranya diberikan izin penelitian, sehingga data yang diperlukan dapat terkumpul dengan baik.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.*

Bekasi, 23 Mei 2023

  
**Yanti Budianti, M.Pd**  
Dekan

## Lampiran 16 Surat Keterangan Telah Meneliti



PEMERINTAH KABUPATEN BEKASI  
DINAS PENDIDIKAN  
**SDN BURANGKENG 01**

Kp. Cinyosog Rt. 01/05 Ds. Burangkeng Kec. Setu Kab. Bekasi  
JAWA BARAT

---

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 421.2/054/sd-28/IV/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : UKIM, S.Pd  
NIP : 19650316 199108 1 001  
Pangkat/Golongan : Pembina, IV/a  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Tempat Kerja : SDN Burangkeng 01

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : Agung Gumilar  
NPM : 41182191160273  
Program Studi : Penjas  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
No. Hp : 085693892551  
Judul Skripsi : Upaya meningkatkan Hasil Pembelajaran Pukulan *ForeHand* Smash Bulutangkis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas 6A SDN Burangkeng 01

Nama tersebut diatas benar telah melakukan penelitian dan pengumpulan data di SDN Burangkeng 01 Kecamatan Setu Kabupaten Bekasi tertanggal 15 Maret 2023

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat diketahui dan dipergunakan sebagaimana mestinya. Terima Kasih.

Bekasi, 1 Juni 2023

Kepala SDN Burangkeng 01



UKIM, S.Pd

NIP. 19650316 199108 1 001

## Lampiran 17 Lembar Frekuensi Bimbingan

## Lampiran 18 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

( RPP )

**Nama Sekolah** : SDN Burangkeng 01  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga  
**Kelas / Semester** : VI / 2  
**Materi Pokok** : Permainan Bola Kecil / BuluTangkis  
**Alokasi Waktu** : 2 x Pertemuan ( 6 JP )

#### A. Tujuan Pembelajaran :

##### Pertemuan 1

1. Siswa dapat menjelaskan gerak spesifik pukulan Smah pada permainan bulutangkis dengan benar
2. Siswa dapat menyebutkan macam-macam pukulan Smah dalam permainan bulutangkis dengan benar
3. Siswa dapat melakukan tehnik pukulan Smah forehand dalam permainan bulutangkis dengan benar

##### Pertemuan 2

1. Siswa dapat menjelaskan gerak spesifik pukulan Smah pada permainan bulutangkis dengan benar
2. Siswa dapat menyebutkan macam-macam pukulan Smah dalam permainan bulutangkis dengan benar
3. Siswa dapat melakukan tehnik pukulan Smah forehand dalam permainan bulutangkis dengan benar
4. Siswa dapat melakukan pukulan smash dalam permainan bulutangkis dengan benar
5. Siswa dapat menerapkan berbagai tehnik pukulan dalam permainan bulutangkis dengan peraturan yang dimodifikasi

#### B. Kompetensi dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

KI	Kompetensi Dasar	Indikator pencapaian Kompetensi
3.	3.2 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola	3.2.1 Menjelaskan gerak spesifik pukulan Smah dalam permainan bulutangkis 3.2.2 Menyebutkan macam-macam

KI	Kompetensi Dasar	Indikator pencapaian Kompetensi
	kecil sederhana dan atau tradisional	pukulan Smah dalam permainan bulutangkis 3.2.3 Menjelaskan gerak spesifik pukulan smash dalam permainan bulutangkis
4.	4.2 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.	4.2.1. Melakukan tehnik pukulan Smah forehand dalam permainan bulutangkis 4.2.2. Melakukan pukulan smash dalam permainan bulutangkis 4.2.3. Menerapkan berbagai tehnik pukulan dalam permainan bulutangkis yang dimodifikasi

### C. Materi Pembelajaran :

**Tema : Permainan bola kecil**

**Sub Tema : Permainan bola kecil melalui permainan bulutangkis**

#### 1. Materi Pembelajaran Reguler

##### a. Gerakan spesifik pukulan Smah dalam permainan bulutangkis

pukulan Smah adalah suatu pukulan dalam permainan bulu tangkis yang dilakukan dengan tujuan untuk menerbangkan shuttlecock setinggi mungkin mengarah jauh ke belakang garis lapangan.

Simanjorang, Rosmida dan SIngghih Agung. ESPS Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) untuk SD/MI Kelas V. Jakarta:

Penerbit

Erlangga. 2018. BSE PJOK, Youtube

Hal : 126-128

##### b. Macam-macam pukulan Smah dalam permainan Bulutangkis

- **Pukulan Smah forehand overhead**
- **Pukulan Smah backhand overhead**
- **Pukulan Smah forehand underhand**
- **Pukulan Smah backhand underhand**

**c. Pukulan Smah forehand**

Pukulan *Smah forehand overhead* cara melakukan sebagai berikut.

- a) Sikap awal berdiri tangan yang memegang raket diletakkan di atas kepala bagian belakang.
- b) Arah datangnya bola dari atas dipukul dengan ayunan tangan dari belakang atas dipukul ke arah bola.

**d. Pukulan Smah Backhand Overhead**

- a) Sikap awal berdiri kaki selebar bahu dengan tubuh sedikit miring.
- b) Raket dipegang diletakkan di sebelah kiri dari tubuh di bagian atas kepala.
- c) Bola dipukul dengan cara raket diayun ke depan atas sehingga bola melambung ke arah lapangan bagian belakang lawan.

**e. Pukulan Smash**

Cara melakukan sebagai berikut.

- 1) Sikap awal berdiri kangkang selebar bahu tangan kanan memegang raket yang diletakkan di atas kepala bagian belakang.
- 2) Bola yang melambung dari lawan dipukul secepatnya dengan mengayunkan raket dari atas ke depan bagian bawah.

***Materi lengkap bisa dilihat di Buku BSE Penjasorkes Kelas VII SMP***

***Hal. 28-30***

**2. Materi Pembelajaran Remedial**

**Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran reguler yang disederhanakan sehingga lebih mudah**

dipahami dan dilakukan serta diperuntukkan bagi peserta didik yang belum tuntas atau mencapai KKM. Misalnya: peraturan disederhanakan, Lapangan diperkecil

### 3. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitannya, misalnya ; faktor kesulitan dan peraturan serta strategi permainan bulutangkis sesungguhnya.

#### D. Metode Pembelajaran :

1. Penugasan
2. Resiprokal
3. Pendekatan saintifik

#### E. Media Pembelajaran :

1. Lapangan bulutangkis
2. Kartu tugas 1 ( gambar pukulan Smah forehand dan backhand )
3. Raket bulutangkis
4. Net Bulutangkis
5. Shuttlecock
6. Peluit

#### F. Sumber Belajar

1. **Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2016. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas VI*. Edisi revisi. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Hal : 120 s.d 130.**
2. **Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2016. *Buku Peserta didik Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas VII*. Edisi revisi. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Hal : 84 s.d 92**
3. **Kemertrian Pendidikan Nasional. 2010. *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan***
4. **Internet (<http://ml.mul.blogspot.com/2007/05/permainan-bulutangkis.html>)  
28 Desember 2016**

#### G. Langkah – Langkah Pembelajaran :

Pertemuan 1

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<p><b>Kegiatan di dalam kelas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• berdoa, presensi, dan apersepsi (penayangan video pendek salah satu momen kemenangan permainan bulutangkis dan video tehnik dasar dalam permainan bulutangkis)</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> </ul> <p><b>Kegiatan di lapangan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris dan melakukan peregangan statis dilanjutkan dengan peregangan dinamis</li> </ul>	<b>20 menit</b>
<b>Inti</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pemanasan dengan pendekatan bermain bulu tangkis sesuai kemampuan masing-masing peserta</li> <li>2. Melakukan rangkaian kegiatan pembelajaran dengan pendekatan <i>scientific</i> dan metode resiprokal <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mengamati <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati kartu tugas tentang gerak spesifik permainan bola kecil melalui permainan bulutangkis ( tehnik dasar pukulan Smah forehand). Mencari informasi tentang gerak spesifik permainan bola kecil melalui permainan bulutangkis ( tehnik dasar pukulan Smah forehand dan backhand) dari sumber lain</li> <li>• Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru dan teman yang menjadi model.</li> </ul> </li> <li>b. Menanya <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan</li> <li>• Melakukan klarifikasi kepada guru mengenai berbagai hal yang belum dipahami</li> <li>• Menanyakan berbagai hal yang ingin diketahui lebih lanjut kepada teman sebaya atau guru</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol>	<b>80 menit</b>



	<p>c. Mengumpulkan informasi / Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demonstrasikan, yaitu beberapa teknik pukulan dalam bulutangkis secara berpasangan/berkelompok <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Melakukan gerakan pukulan Smash forehand overhead sendirian dengan sasaran garis belakang lapangan dan berpasangan</li> <li>✓ Melakukan gerakan pukulan Smash backhand overhead berpasangan.</li> </ul> </li> </ul> <p>d. Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik saling memberi masukan dan melakukan perbaikan sesuai dengan hasil pengamatan dan simpulan</li> </ul> <p>e. Mengomunikasikan</p> <p>Melakukan permainan bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerakan memukul forehand, backhand dengan benar dan membuat kesimpulan yang telah dipelajari dengan menunjukkan nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerja-sama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan.</p>	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan.</li> <li>• Kesimpulan Guru dan peserta didik membuat kesimpulan dari seluruh materi</li> <li>• Melakukan refleksi</li> </ul>	<p><b>20 Menit</b></p>

	<p>Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan yang belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Penilaian Guru membuat penilaian terhadap keberhasilan proses pembelajaran secara transparan</li> <li>• Tindak lanjut dan penjelasan materi minggu depan. Guru memberikan tugas yang terkait dengan pembelajaran hari ini dan pembelajaran yang akan datang.</li> <li>• Berdoa</li> </ul>	
--	--	--

## Pertemuan 2

<b>KEGIATAN</b>	<b>DISKRIPSI</b>	<b>WAKTU</b>
<b>Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Siswa dibariskan dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada siswa.</li> <li>2) Sebelum melakukan pembelajaran sebaiknya seluruh siswa dan guru berdoa dan bersalaman.</li> <li>3) Guru memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, dan penyakit kronis lainnya harus diperlakukan secara khusus.</li> <li>4) Tanyakan kondisi kesehatan siswa secara umum.</li> <li>5) Melakukan pemanasan yang dipimpin oleh guru atau oleh salah seorang siswa yang dianggap mampu.</li> <li>6) Guru memberi motivasi dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai oleh siswa.</li> </ol>	20 menit

<p style="text-align: center;"><b>Inti</b></p>	<p>1) Melakukan pemanasan dengan pendekatan bermain bulu tangkis sesuai kemampuan masing-masing peserta</p> <p>2) Melakukan rangkaian kegiatan pembelajaran dengan pendekatan <i>scientific</i> dan resipvokal</p> <p>a. Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati kartu tugas tentang gerak spesifik permainan bola kecil melalui permainan bulutangkis (teknik pukulan smash). Mencari informasi tentang gerak spesifik permainan bola kecil melalui permainan bulutangkis (teknik dasar pukulan smash) dari sumber lain</li> <li>• Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru dan teman yang menjadi model.</li> </ul> <p>b. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan</li> <li>• Melakukan klarifikasi kepada guru mengenai berbagai hal yang belum dipahami</li> <li>• Menanyakan berbagai hal yang ingin diketahui lebih lanjut kepada teman sebaya atau guru</li> </ul> <p>c. Mengumpulkan informasi / Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demonstrasikan, yaitu beberapa teknik pukulan dalam bulutangkis secara berpasangan/berkelompok <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Melakukan gerakan pukulan smash berpasangan.</li> </ul> </li> </ul> <p>d. Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik saling memberi masukan dan melakukan perbaikan sesuai dengan hasil pengamatan dan simpulan</li> </ul> <p>e. Mengomunikasikan</p> <p>Melakukan permainan bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan</p>	<p style="text-align: center;">80 menit</p>
--	--	---

	<p>menerapkan gerakan pukulan, drive dan smash dengan benar dan membuat kesimpulan yang telah dipelajari dengan menunjukkan nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerja-sama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan.</p>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan.</li> <li>• Kesimpulan Guru dan peserta didik membuat kesimpulan dari seluruh materi</li> <li>• Melakukan refleksi Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan yang belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan</li> <li>• Penilaian Guru membuat penilaian terhadap keberhasilan proses pembelajaran secara transparan</li> <li>• Tindak lanjut dan penjelasan materi minggu depan. Guru memberikan tugas yang terkait dengan pembelajaran hari ini dan pembelajaran yang akan datang.</li> <li>• Berdoa</li> </ul>	20 Menit

## H. Penilaian

### 1. Aspek Sikap Sosial (*Lampiran 1*)

- a. Teknik Penilaian : Observasi
- b. Instrumen : Jurnal

Jurnal Penilaian sikap Sosial

No	Nama Siswa	Disiplin		Berani		Skor
		Datang tepat waktu	Memakai seragam OR	Berani Mencoba	Berani mengoreksi dan menerima masukan	
1.						
2.						
3.						
4.						
dst						

Skor Maksimal : 4

Jika melakukan 4 gerakan diberi nilai 4 .

- 1.) Berani berinisiatif
- 2.) Berani aktif melakukan kegiatan
- 3.) Berani mencoba
- 4.) Berani dan bersungguh – sungguh

jika tidak melakukan salah satu nilai 3

jika tidak melakukan 2 gerakan diberi nilai 2

jika tangan melakukan salah 1 gerakan diberi nilai 1

**Skor perolehan**

**Nilai :----- X 100**

**Skor maksimal**

2. Aspek Pengetahuan

DAFTAR PERTANYAAN KOMPETENSI PENGETAHUAN

- Teknik Penilaian : Tes tertulis  
Bentuk Instrumen : Daftar pertanyaan  
Kisi-kisi : 1.Menjelaskan pengertian pukulan Smah  
2.Menyebutkan macam-macam pukulan Smah  
3. Menjelaskan gerak spesifik pukulan forehand smash  
4.Menjelaskan gerak spesifik pukulan smash tangkis.

Butir soal Pengetahuan

No	Pertanyaan yang diajukan	Skor 1-4
1.	Jelaskan gerakan spesifik pukulan Smah pada permainan bulu tangkis.	
2.	Sebutkan macam-macam pukulan Smah pada permainan bulu tangkis.	
3.	Jelaskan gerak spesifik pukulan forehand pada permainan bulutangkis	
4.	Jelaskan gerak spesifik pukulan smash pada permainan bulu tangkis.	
Jumlah		
Jumlah Skor maksimal : 16		

**Skor perolehan**

**Nilai :----- X 100**

**Skor maksimal**

Kunci Jawaban:

No	Jawaban	Skore
1	Pukulan Smah adalah suatu pukulan dalam permainan bulu tangkis yang dilakukan dengan tujuan untuk menerbangkan shuttlecock setinggi mungkin mengarah jauh ke belakang garis lapangan.	4
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pukulan Smah forehand overhead</li> <li>▪ Pukulan Smah backhand overhead</li> <li>▪ Pukulan Smah forehand underhand</li> <li>▪ Pukulan Smah backhand underhand</li> </ul>	4
3	<p>Pukulan <i>smash forehand</i> cara melakukan sebagai berikut.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Sikap awal berdiri kangkang menghadap ke arah samping kanan.</li> <li>2) Pukulan bola datar dengan ayunan tangan dari belakang ke arah depan.</li> </ol>	4
4	<p>Cara melakukan sebagai berikut.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Sikap awal berdiri kangkang selebar bahu tangan kanan memegang raket yang diletakkan di atas kepala bagian belakang.</li> <li>2) Bola yang melambung dari lawan dipukul secepatnya dengan mengayunkan raket dari atas ke depan bagian bawah.</li> </ol>	4
Jumlah skor maksimal		16
<p><b>Keterangan:</b></p> <p style="padding-left: 40px;"><b>Masing-masing opsi jawaban jika salah nilai 1, jika tidak dijawab nol</b></p>		

3. Aspek Keterampilan

LEMBAR PENGAMATAN KOMPETENSI KETERAMPILAN

Teknik Yang Di Nilai	Skala Skor			
	1	2	3	4
<p><b>A. Sikap Awal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap berdiri.</li> <li>2. Pandangan kearah depan atau kearah sasaran yang di inginkan.</li> <li>3. Posisi kedua kaki .</li> <li>4. Posisi tangan memengang raket</li> </ol> <p><b>B. Pelaksanaan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap gerakan badan saat melakukan <i>Forehand smash</i>.</li> <li>2. Bersamaan dengan gerakan ayunan raket <i>shuttlecock</i> di pukul dengan power yang sudah dirancang.</li> <li>3. Perkeanaa raket terhadap <i>shuttlecock</i> yang dipukul.</li> </ol> <p><b>C. Sikap Akhir</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pandangan mengikuti arah <i>shuttlecock</i>.</li> <li>2. Posisi tangan pada saat <i>shuttlecock</i> telah dipukul.</li> <li>3. <i>Shuttlecock</i> melewati net dan masukkelapangan lawan.</li> </ol>				
Jumlah Skor Maksimal : 40				

Pada aspek psikomotor penggunaan tes praktik yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam peningkatan hasil belajar.

Keterangan :

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

**Skor perolehan**

**Nilai :----- X 100**

**Skor maksimal**



### Rubrik dan pensekoran

**Tabel Pedoman Penilaian Pengetahuan dan Keterampilan**

RENTANG SKOR	NILAI KUALITATIF
86 - 100	Sangat Baik (SB)
71 - 85	Baik (B)
56 - 70	Cukup (C)
$\leq 55$	Kurang (K)

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Ukim, S.Pd

Guru Mata Pelajaran

Penjasorkes

Agung Gumilar

Lampiran 19 okumentasi Selama Penelitian









## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



**AGUNG GUMILAR**, Lahir pada tanggal 13 januari 1997 di Bekasi, Provinsi Jawa Barat. Penulis merupakan Anak ke 3 dari 2 bersaudara, dari pasangan Jamsur Setiawan S.Pd dan Elah Nurwang

Penulis pertama kali masuk pendidikan Formal di SDN Cijengkol 03, Jawa Barat pada tahun 2003 dan tamat pada tahun 2009. Pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan ke SMP Mutiara jaya Bekasi dan tamat pada tahun 2012. Setelah tamat di SMP Mutiara jaya Bekasi, penulis melanjutkan ke sekolah formal di SMK Karya Bahana Mandiri pada tahun 2015. Dan pada tahun yang sama penulis terdaftar sebagai Mahasiswa di Universitas Islam "45" Bekasi Fakultas Teknik Komputer dan Jaringan lalu Pada tahun 2016 pindah Prodi Jurusan Pendidikan Jasmani dan Rekreasi.