

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DROPSHOT*
BULUTANGKIS BERBASIS HALANG RINTANG
NET PADA ATLET USIA REMAJA KLUB
BULUTANGKIS TUNAS DUNIA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Penyusunan Skripsi
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam "45" Bekasi



Disusun Oleh :

**MUHAMMAD FAHRI
4118219180025**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

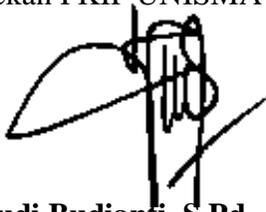
Skripsi dengan judul “Pengembangan Model Latihan *Dropshot* Bulutangkis Berbasis Halang Rintang Net Pada Atlet Usia Remaja Klub Bulutangkis Tunas Dunia”, telah disetujui dan disahkan oleh Dewan Pembimbing Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam “45” Bekasi.

Pembimbing



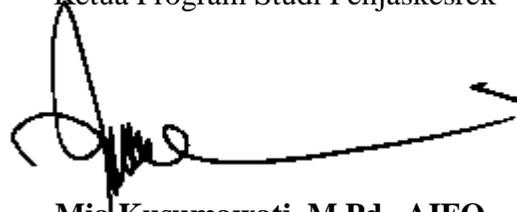
Adli Azhari, M.Pd.

Mengetahui,
Dekan FKIP UNISMA Bekasi



Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd.

Disahkan Oleh
Ketua Program Studi Penjaskesrek



Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO.

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul “Pengembangan Model Latihan *Dropshot* Bulutangkis Berbasis Halang Rintang Net Pada Atlet Usia Remaja Klub Bulutangkis Tunas Dunia” telah disetujui dan disahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam “45” Bekasi.

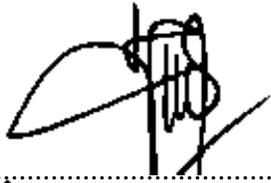
Pada,

Hari : Kamis

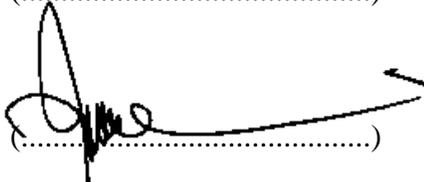
Tanggal : 14 Juli 2022

Panitia Ujian terdiri dari :

1. Ketua : Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd.

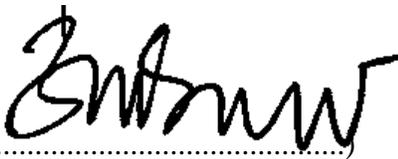
()

2. Sekretaris : Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO.

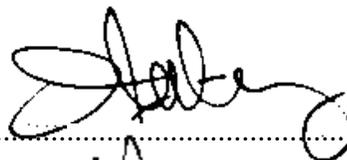
()

3. Penguji :

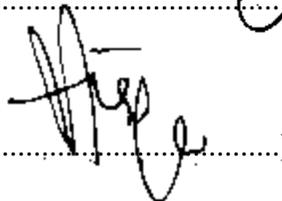
3.1. Bujang, Drs., M.Si.

()

3.2. Tatang Iskandar, M.Pd.

()

3.3. Aisya Kemala, M.Pd.

()

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : MUHAMMAD FAHRI

NPM : 4118219180025

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unisma Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Latihan *Dropshot* Bulutangkis Berbasis Halang Rintang Net Pada Atlet Usia Remaja Klub Bulutangkis Tunas Dunia”, dan beserta isinya benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap keaslian karya saya ini.

Bekasi, April 2022
Yang Membuat Pernyataan



MUHAMMAD FAHRI

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

Sukses tidak datang dari apa yang di berikan oleh orang lain, melainkan dari kerja keras dan keyakinan diri sendiri

Skripsi Ini Ku Persembahkan Untuk:

Kedua Orang Tua, keluarga dan pembimbing yang selalu mendukung serta nasehatnya yang menjadi jembatan perjalanan hidupku, dan teman sejati ku

ABSTRAK

MUHAMMAD FAHRI, 4118219180025: Pengembangan Model Latihan *Dropshot* Bulutangkis Berbasis Halang Rintang Net Pada Atlet Usia Remaja Klub Bulutangkis Tunas Dunia.

Tujuan penelitian ini adalah, ingin mengetahui bagaimana pengembangan model latihan *dropshot* bulutangkis berbasis halang rintang net untuk atlet usia remaja klub bulutangkis Tunas Dunia. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode *research and development* atau penelitian dan pengembangan. Subjek penelitian adalah atlet usia remaja yang tergabung ke dalam klub bulutangkis Tunas Dunia yang berjumlah 10 orang. Jadi jumlah populasi penelitian ini adalah 10 orang. Hasil penelitian ini adalah sebagai berikut, hasil rata-rata penilaian ahli bulutangkis sebesar 95%, ahli motorik sebesar 77,5% dan ahli kepelatihan sebesar 92,5%. Ketika dihitung rata-rata diperoleh bahwa model latihan *dropshot* bulutangkis untuk atlet usia remaja ini memperoleh nilai 88,3% dimana skor tersebut termasuk kategori sangat layak atau sangat baik digunakan. Hasil penelitian “pengembangan model latihan *dropshot* bulutangkis untuk atlet usia remaja” dikategorikan layak digunakan sebagai variasi model latihan dalam proses latihan untuk pemula. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian ahli bulutangkis yaitu 95%, ahli motorik 77,5%, dan ahli kepelatihan 92,5%. Sehingga jika diakumulasikan secara keseluruhan mendapatkan hasil kelayakan yaitu 88,3% dan mendapatkan kategori kelayakan **“Sangat Layak Untuk Diterapkan”**.

Kata kunci: model latihan, dropshot, halang rintang net, bulutangkis.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur senantiasa terucap kepada Allah SWT, atas segala Rahmat dan HidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya. Shalawat serta Salam juga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta para Sahabat dan Keluarganya. Dengan segala daya dan upaya maksimal akhirnya penulis dapat menyusun skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studinya.

Di dalam penyusunannya penulis tidak terlepas dari bantuan banyak pihak yang sangat penting untuk penyempurnaan skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Hermanto, Drs., MM., M.Pd., selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan FKIP Unisma Bekasi.
3. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP Unisma Bekasi.
4. Bapak Adli Azhari, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Para Dosen dan Tata Usaha FKIP Unisma Bekasi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
6. Orangtua yang selalu mendukung dan mendoakan setiap langkahku
7. Pelatih bulutangkis PB Tunas Dunia
8. Siswa PB Tunas Dunia

Penulis amat menyadari skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, dan terdapat banyak sekali kekurangan maupun kesalahan, maka kritik dan saran baik yang bersifat lisan maupun tulisan akan selalu penulis terima agar penulis dapat menghasilkan sebuah karya yang lebih baik lagi di masa-masa yang akan datang.

Penulis

MUHAMMAD FAHRI

DAFTAR ISI

	Hal
LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAKSI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan dan Rumusan Masalah	5
1. Batasan Masalah	5
2. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Definisi Operasional	7

BAB II TINJAUAN TEORITIS

A. Tinjauan Teori	9
1. Hakikat Permainan Bulutangkis	9
2. Teknik Dasar Bulutangkis	14
3. Hakikat Pukulan Dropshot	20
4. Hakikat Latihan	25

5. Prinsip Latihan	28
6. Hakikat Halang Rintang	29
7. Variasi Model Latihan <i>Dropshot</i>	31
B. Penelitian Yang Relevan	32
 BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	34
B. Subjek Penelitian	36
C. Waktu dan Tempat Penelitian	36
D. Desain, Langkah-langkah dan Instrumen Penelitian	36
E. Teknik Analisis Data	43
 BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISA DATA	
A. Produk Pengembangan	45
B. Pembahasan	83
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	85
B. Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN-LAMPIRAN	88
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	124

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kategori Prosentase Kelayakan	42
Tabel 4.1. Kisi-kisi Pertanyaan	43
Tabel 4.2. Penilaian Ahli Pelatih Bulutangkis	52
Tabel 4.3. Penilaian Ahli Motorik	53
Tabel 4.4. Penilaian Ahli Kepelatihan	54
Tabel 4.5. Revisi Draft Produk Awal	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Lapangan Bulutangkis Dan Ukurannya	10
Gambar 2.2. Net Bulutangkis	11
Gambar 2.3. <i>Shuttlecock</i>	11
Gambar 2.4. Raket Bulutangkis	12
Gambar 2.5. <i>American Grip</i>	15
Gambar 2.6. <i>Forehand Grip</i>	15
Gambar 2.7. <i>Backhand Grip</i>	16
Gambar 2.8. <i>Combination Grip</i>	16
Gambar 2.9. Arah Pukulan <i>Dropshot</i>	24
Gambar 2.10. Tahapan Gerak <i>Dropshot</i>	24
Gambar 3.1. Model Pengembangan ADDIE	36

DAFTAR LAMPIRAN

Kuesioner Penelitian	87
Kuesioner Penelitian Hasil Perbaikan	91
Surat Keterangan Validasi Ahli Motorik	103
Surat Keterangan Validasi Ahli Kepeleatihan	104
Surat Keterangan Validasi Ahli Bulutangkis	105
SK Dosen Pembimbing	106
Surat Izin Penelitian	107
Surat Balasan Penelitian	108
Foto-foto Penelitian	109