

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR PUKULAN
BACKHAND LOB PERMAINAN BULUTANGKIS DENGAN METODE *DRILL*
PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 20
KOTA TANGERANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu Pendidikan (S1) Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam "45" Bekasi



OLEH
RENO RIZKI JULIANSYAH
41182191190028

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

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR PUKULAN
BACKHAND LOB PERMAINAN BULUTANGKIS DENGAN METODE DRILL
PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 20
KOTA TANGERANG**

Oleh :

RENO RIZKI JULIANSYAH

41182191190028

Telah disetujui oleh:

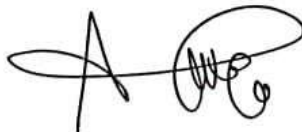
Pembimbing



(Dr. Bujang, Drs., M.Si.)

Tanggal 31 Oktober 2023

Menyetujui,
Ketua Program Studi PJKR FKIP
UNISMA BEKASI



Dr. Apta Mylsidayu, M.Or.

NIK: 45101122011035

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Reno Rizki Juliansyah
NPM : 41182191190028
Progam Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam "45" Bekasi

Menyatakan bahwa Skripsi dengan judul "Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Pukulan *Backhand Lob* Permainan Bulutangkis Dengan Metode *Drill* Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 20 Kota Tangerang", beserta seluruh isinya benar karya saya dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dengan masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian dari karya saya ini.

Bekasi, 22 November 2023

Yang Membuat Pernyataan



Reno Rizki Juliansyah

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

Bekerjalah dua atau tiga kali lebih banyak dari orang lain,
karena usaha tidak pernah membohongi hasil.

Persembahan :

Skripsi ini ku persembahkan untuk :

*Kedua Orang Tuà, orang tersayang dan
saudara-saudara serta teman- teman
FKIP Penjaskesrek angkatan 2019*

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR PUKULAN
BACKHAND LOB PERMAINAN BULUTANGKIS DENGAN METODE DRILL
PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 20
KOTA TANGERANG**

Dipersiapkan dan Ditulis Oleh :

**RENO RIZKI JULIANSYAH
NPM. 41182191190028**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 22 November 2023
Dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua	: Yudi Budianti, M.Pd.	(.....)
Sekretaris	: Dr. Apta Mylsidayu, M.Or.	(.....)
Penguji I	: Dr. Khurotul Aini, M.Pd.	(.....)
Penguji II	: Dr. Hj. Ekowati, S.Pd., M.Pd.	(.....)
Penguji III	: Yunita Lasma, M.Pd.	(.....)

Bekasi,
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam "45" Bekasi



KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah Penulis sampaikan kehadiran Illahi Robbi, karena atas perkenan-Nyalah penulis dapat menyelesaikan tugas akhir pembuatan skripsi ini walaupun hasilnya masih jauh dari harapan yang diinginkan.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S1) Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi UNISMA BEKASI dan dalam Tugas Akhir ini penulis mengambil judul: “Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Pukulan *Backhand Lob* Permainan Bulutangkis Dengan Metode *Drill* Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 20 Kota Tangerang”.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyusun skripsi ini jauh dari sempurna, hal ini disebabkan terbatasnya kemampuan dan pengetahuan dalam penyusunan skripsi yang kami buat.

Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan perbaikan dimasa yang akan datang. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Dr. Amin, S.Pd.,M.Si., selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Yudi Budianti, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan Ilmu Kependidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M.Or. selaku ketua jurusan Fakultas Keguruan Ilmu Kependidikan Universitas Islam “45” Bekasi.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan Untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Pukulan *Backhand Lob* Permainan Bulutangkis Dengan Metode *Drill*.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*).

Berdasarkan analisa hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan bahwa :

Pada saat pra siklus, dari jumlah 36 siswa, hanya 8 siswa saja atau 22% siswa yang berhasil menuntaskan pembelajaran mereka. Proses penelitian siklus pertama, siswa sudah menunjukkan perubahan sikap dalam pembelajaran. Dari data yang diperoleh, sebanyak 19 siswa atau 53% siswa mampu mencapai nilai sesuai kriteria ketuntasan minimal. Pada penelitian siklus kedua, Dari 36 siswa yang menjadi subjek penelitian, 31 siswa atau 86% dari jumlah siswa mampu menuntaskan hasil belajar mereka sesuai KKM bahkan beberapa siswa telah melampaui KKM. Hal ini secara nyata bahwa pencapaian target hasil pembelajaran gerak dasar pukulan *backhand lob* bulutangkis melalui metode *drill* mampu tercapai dengan baik, bahkan melampaui dari target yang ditentukan, yakni 75% siswa mampu mencapai nilai KKM.

Kata Kunci : Pukulan Backhand Lob Permainan Bulutangkis, Metode Drill

DAFTAR ISI

	Halaman
Lembar Judul.....	
Lembar Persetujuan Pembimbing	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	xii
Daftar Lampiran	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan dan Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Definisi Operasional	8
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
A. Hakekat Permainan Bulutangkis	9
B. Hakekat Peningkatan	18
C. Hakekat Kemampuan Gerak Dasar	18
D. Hakekat Pukulan <i>Backhand Lob</i>	25
E. Hakekat Metode <i>Drill</i>	30
F. Karakteristik Siswa SMP.....	36
G. Profil SMPN 20 Kota Tangerang	40
H. Penelitian Relevan.....	42

4. Bapak Dr. Bujang, Drs.,M.Si. sebagai pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan penulis.
5. Bapak/Ibu Dosen Fakultas Keguruan Ilmu Kependidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
6. Kedua orang tua, yang tersayang dan saudara-saudara yang telah membantu dan memberikan dorongan moril melanjutkan studi ke jenjang Sarjana.
7. Kepala Sekolah, Guru PJOK dan keluarga Besar SMPN 20 Kota Tangerang yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Keluarga besar angkatan 2019 yang selalu membantu dan mensupport dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
9. Rekan-rekan sesama mahasiswa dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.

Semoga semua amal baiknya yang di berikan kepada penulis mendapat limpahan rahmat dan karunia dari Allah Swt, Amin ya robal alamin.

Akhirnya Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat dan berguna untuk perkembangan ilmu pengetahuan dan olahraga.

Terima kasih Wassalamualaikum wr,wb.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Rubrik Penilaian Psikomotor	55
Tabel 3.2	Rubrik Penilaian Tes Afektif	56
Tabel 3.3	Rubrik Penilaian Tes Kognitif	59
Tabel 4.1	Hasil Evaluasi Aspek Sikap Pra Siklus	64
Tabel 4.2	Hasil Evaluasi Aspek pengetahuan Pra Siklus	65
Tabel 4.3	Hasil Evaluasi Aspek Keterampilan Pra Siklus.....	66
Tabel 4.4	Hasil Evaluasi Pembelajaran Pra Siklus.....	68
Tabel 4.5	Hasil Belajar Aspek Sikap Siklus 1	78
Tabel 4.6	Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus 1	80
Tabel 4.7	Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus 1	81
Tabel 4.8	Hasil Pembelajaran Siklus 1	83
Tabel 4.9	Hasil Belajar Aspek Sikap Siklus 2	94
Tabel 4.10	Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus 2	95
Tabel 4.11	Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus 2	97
Tabel 4.12	Hasil Pembelajaran Siklus 2	99
Tabel 4.13	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil belajar Siklus 2	96

I. Kerangka Berpikir.....	44
I. Hipotesis.....	45
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	46
B. Subjek Penelitian	47
C. Waktu dan Tempat Penelitian	48
D. Desain dan Instrumen Penelitian	49
E. Prosedur Analisis Data	60
BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	
A. Analisis Data Para Siklus.....	63
B. Hasil Penelitian.....	69
C. Pembahasan.....	100
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	103
B. Saran-saran	105
Daftar Pustaka	106

Gambar 4.10	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Siklus 1 Aspek Sikap	79
Gambar 4.11	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Siklus 1 Aspek Pengetahuan	80
Gambar 4.12	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Siklus 1 Aspek Keterampilan	82
Gambar 4.13	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Aspek Sikap Pengetahuan dan Keterampilan Siklus 1	82
Gambar 4.14	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Belajar Siklus 1	84
Gambar 4.15	Pukulan Backhand Lob Berkelompok Tanpa Net	88
Gambar 4.16	Pukulan Backhand Lob Berkelompok Dengan Net	89
Gambar 4.17	Pukulan Backhand Lob 3 VS 3	92
Gambar 4.18	Pukulan Backhand Lob 3 VS 2	92
Gambar 4.19	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Siklus 2 Aspek Sikap	95
Gambar 4.20	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Siklus 2 Aspek Pengetahuan	96
Gambar 4.21	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Siklus 2 Aspek Keterampilan	98
Gambar 4.22	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi	98
Gambar 4.23	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Belajar Siklus 2	100
Gambar 4.24	Grafik Perkembangan Aspek sikap, pengetahuan dan Keterampilan Hasil Belajar	101
Gambar 4.25	Grafik Peningkatan Kemampuan Pelaksanaan <i>Forehand</i>	102

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Kehadiran Kolabor	108
Lampiran 2	Daftar Hadir siswa Dalam penelitian	109
Lampiran 3	Data Siswa Penelitian	110
Lampiran 4	Format lembar Observasi	111
Lampiran 5	Format lembar Observasi Aspek Psikomotor	112
Lampiran 6	Format lembar Observasi Aspek Afektif	113
Lampiran 7	Format lembar Observasi Aspek kognitif.....	114
Lampiran 8	Hasil pelaksanaan Observasi Awal	115
Lampiran 9	Hasil Pelaksanaan Penelitian Siklus 1	120
Lampiran 10	Hasil Pelaksanaan Penelitian Siklus 2	125
Lampiran 11	Perbandingan Meningkatkan gerak dasar pukulan backhand lob bulutangkis	130
Lampiran 12	RPP Siklus 1	131
Lampiran 13	RPP Siklus 2	141
Lampiran 14	Surat Izin Penelitian	151
Lampiran 15	Surat Keterangan Penelitian	152
Lampiran 16	Frekuensi Bimbingan	153
Lampiran 17	Surat SK Pembimbing	154
Lampiran 18	Foto-foto Penelitian	155
Lampiran 19	Daftar Riwayat Hidup	163

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Lapangan Bulutangkis	11
Gambar 2.2	Net	12
Gambar 2.3	<i>Backhand Grip</i>	17
Gambar 2.4	<i>Forehand Grip</i>	17
Gambar 2.5	Lintasan <i>shuttle Cock</i> Pada <i>Defensif</i>	27
Gambar 2.6	Lintasan <i>shuttle Cock</i> Pada <i>Attacking</i>	28
Gambar 2.7	Cara Melakukan pukulan <i>Lob Backhand</i>	29
Gambar 3.1	Siklus Pelaksanaan PTK	49
Gambar 4.1	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Pra Siklus Aspek Sikap	64
Gambar 4.2	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Pra Siklus Aspek Pengetahuan	66
Gambar 4.3	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Pra Siklus Aspek Keterampilan	67
Gambar 4.4	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Aspek Sikap Pengetahuan dan Keterampilan Pra Siklus	68
Gambar 4.5	Grafik Tingkat Ketuntasan Hasil Evaluasi Pra Siklus	69
Gambar 4.6	Pukulan <i>Backhand Lob</i> Tanpa Net	73
Gambar 4.7	Pukulan <i>Backhand Lob</i> Dengan Net	73
Gambar 4.8	Pukulan <i>Backhand Lob</i> Berpasangan Tanpa Net	76
Gambar 4.9	Pukulan <i>Backhand Lob</i> Berpasangan Dengan Net	77