

**HUBUNGAN *POWER* OTOT LENGAN DAN KOORDINASI
MATA TANGAN DENGAN PUKULAN *SMASH*
ATLET SEKOLAH BULU TANGKIS
BANYUASIN**

SKRIPSI

**diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)**

**oleh:
SYARIF HIDAYATULLAH
NIM: 141330038**



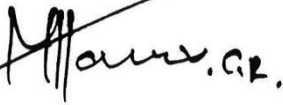
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS KEGURUAN, ILMU PENDIDIKAN, DAN BAHASA
UNIVERSITAS BINA DARMA
PALEMBANG
2020**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan *Power* Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan
Dengan Pukulan *Smash* Atlet Sekolah Bulu tangkis Banyuasin
Nama : Syarif Hidayatullah
NIM : 141330038
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Telah disetujui,

Pembimbing I,



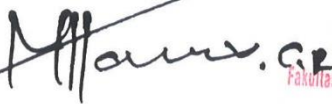
Dr. M. Haris Satria, M.Pd.
NIP/NIDN: 120109367/0292128891

Pembimbing II,



Dr. Bayu Hardiyono, M.Pd.
NIP/NIDN: 110103325/0201118502

Ketua,
Program Studi
Pendidikan Olahraga



Dr. M. Haris Satria, M.Pd.
NIP/NIDN: 120109367/0292128891

Dekan,
Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan,
dan Bahasa Universitas Bina Darma



Prof. Waspodo, M.Ed., Ph.D.
NIP/NIDN: 1101103324/001912400

Tanggal lulus 3 September 2020

HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PENGUJI





**HUBUNGAN *POWER* OTOT LENGAN DAN KOORDINASI
MATA TANGAN DENGAN PUKULAN *SMASH*
ATLET SEKOLAH BULU TANGKIS
BANYUASIN**

SKRIPSI

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
pada
Program Studi Pendidikan Olahraga
Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan dan Bahasa
Universitas Bina Darma

oleh;
SYARIF HIDAYATULLAH
NIM: 141330038

Skripsi ini telah diujikan tanggal tanggal 3 September 2020 dan telah
disempurnakan Berdasarkan saran dan koreksi Komisi Penguji

Komisi Penguji	Tanda tangan	Tanggal
1. Dr. M. Haris Satria, M.Pd.		19 / 11 / 2020
2. Dr. Bayu Hardiyono, M.Pd.		12 / 11 / 2020
3. Prof. Waspodu, M.Ed., Ph.D.		08 / 11 / 2020
4. Dr. Bangkit Seandi Taroreh, M.Pd		11 / 11 / 2020

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Syarif Hidayatullah


NIM : 141330038

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar Sarjana di Universitas Bina Darma Palembang atau perguruan tinggi lain;
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri dengan arahan dari Tim Pembimbing;
3. di dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dikutip dengan mencantumkan nama pengarang dan dimasukkan ke daftar rujukan;
4. saya bersedia Skripsi yang saya hasilkan ini dicek keasliannya menggunakan *plagiarism checker* serta diunggah ke internet sehingga dapat diakses publik secara daring;
5. surat Pernyataan ini saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidakbenaran dalam Pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, 03 September 2020



Syarif Hidayatullah
NIM. 141330038

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

**“Tirulah perjuangan ombak yang selalu datang terus menerus
meski ia terus ditolak ”**

Persembahan

Skripsi ini kupersembahkan untuk :

1. ayahandaku (Rubil Hajar, S.M., Ak) dan ibundaku (Lisnur Nila Krisna, S.Pd., SD) yang tercinta yang telah berdoa untuk kesuksesanku tanpa henti;
2. kakak perempuanku (Pebni Wika Rulita, S.E.) yang sampai saat ini selalu memberikan dukungan dan semangat;
3. adikku (Taufik Hidayatullah) yang tetap setia mendoakanku dan menyemangati ku dalam menyelesaikan penulisan Skripsi ini.

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan *Power* Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Pukulan *Smash* Atlet Sekolah Bulu tangkis Banyuasin. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan korelasional, yakni penelitian yang menyelidiki ada tidaknya korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Sampel yang di gunakan pada penelitian ini adalah atlet sekolah bulu tangkis Banyuasin yang berjumlah 12 orang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *Two-Hand Medicine Ball Put*. Analisis data dalam penelitian ini akan menggunakan uji korelasi. Hasil penelitian ini didapati, Ada hubungan *power* otot lengan dengan pukulan *smash* anggota club sekolah bulu tangkis Banyuasin, yang ditunjukkan dari nilai uji korelasi yakni $r = 0,42$. Ada hubungan koordinasi mata tangan dengan pukulan *smash* anggota club sekolah bulu tangkis Banyuasin, yang ditunjukkan dari nilai uji korelasi yakni $r = 0,845$. Ada hubungan antara *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap pukulan *smash*, anggota club sekolah olahraga bulu tangkis Banyuasin , yang ditunjukkan dari nilai uji korelasi yakni $r = 0,945$.. Disarankan untuk Pelatih dapat menciptakan model-model latihan atau metode-metode latihan yang dapat meningkatkan kemampuan fisik maupun keterampilan teknik para atlet. Pihak pengelola club dapat menambah fasilitas dan sarana olahraga agar atlet bisa lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan latihan, sehingga kedepan prestasi atlet dapat meningkat. Atlet diharapkan dapat lebih bersemangat dalam belajar sehingga kedepan prestasi belajar akan meningkat

Kata kunci: *power* otot lengan, koordinasi mata tangan terhadap pukulan *smash*

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the correlation between arm muscle strength and hand-eye coordination with smash accuracy of Banyuasin Badminton School club member's. This type of research is a quantitative descriptive with a correlational study that aims to determine a correlation between the independent variable and the dependent variable. The research sample was 12 male members from the Banyuasin badminton school. Data collection techniques in this study used Two-Hand Medicine Ball Put. Analysis data of this research used correlation test. This Research resulted in the following conclusions : there is a significant correlation between arm muscle power and smash ability of members of the Banyuasin badminton school club, which is indicated by the correlation test value, $r = 0.42$. There is a correlation between hand eye coordination and smash ability by members of the Banyuasin badminton school club, which is shown from the correlation test value $r = 0.845$. There is a correlation between arm muscle power and hand eye coordination on the smash ability by member of the Banyuasin badminton sports school club, which is shown by the correlation test value $r = 0.945$. It is recommended that the trainer be able to create training models or training methods that can improve physical abilities and technical skills of athletes. The club manager can add sports facilities and facilities so that athletes can be more enthusiastic about participating in training activities, so that in the future athletes' achievements can increase. Athletes are expected to be more enthusiastic in learning and can make a achievement to be increased in the future.

Keywords: arm muscle strength, hand eye coordination, smash accur

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa berkat Rahmat dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan *Power* Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan *Smash* Atlet Sekolah Bulu tangkis Banyuasin” dengan tepat waktu.

Skripsi ini ditulis ini untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) di Program Studi Pendidikan Olahraga; Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan, dan Bahasa (FKIPB); Universitas Bina Darma Palembang.

Penulis menyadari dalam penulisan Skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M., Rektor Universitas Bina Darma Palembang;
2. Prof. Waspodo, M.Ed., Ph.D. Dekan FKIPB, Universitas Bina Darma Palembang;
3. Dr. M. Haris Satria, M.Pd. Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga, FKIPB, Universitas Bina Darma Palembang sekaligus selaku Pembimbing I dalam penulisan Skripsi ini;
4. Dr. Bayu Hardiyono, M.Pd, sebagai Pembimbing II dalam penulisan skripsi ini.

5. Staf Pengajar di Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan, dan Bahasa (FKIPB) Universitas Bina Darma yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingannya;
6. Muzakir Halil, Kepala Sekolah Bulu Tangkis Banyuasin yang telah memberi izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian disekolah tersebut;
7. Suherman, Pelatih Sekolah Bulu Tangkis Banyuasin atas bantuan dalam pengambilan data selama melakukan penelitian;
8. atlet-atlet Sekolah Bulu tangkis Banyuasin atas partisipasinya dalam penelitian ini.
9. Almamater; Program Studi Pendidikan Olahraga, FKIPB Universitas Bina Darma Palembang yang memberi kesempatan untuk bersama-sama menimba ilmu di Lembaga ini.

Penulis berharap semoga Skripsi ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu khususnya pembelajaran mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan khususnya dalam pelatihan permainan bulu tangkis.

Palembang, 3 September 2020

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Syarif Hidayatullah', written over a light-colored background.

Syarif Hidayatullah

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	i
LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI SKRIPSI	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Kajian Teori	7
1. Hakikat Bulu tangkis	7
2. Sarana dan Prasarana Bulu tangkis	8
3. Teknik Dasar Permainan Bulu tangkis	11
4. Hakikat <i>Smash</i> dalam Permainan Bulu tangkis.....	16
5. Analisis Pukulan <i>Smash</i>	20

6. <i>Power</i> Otot Lengan.....	24
7. Hubungan <i>Power</i> Otot lengan dengan Pukulan <i>Smash</i>	26
8. Koordinasi Mata Tangan	28
9. Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dengan Pukulan <i>Smash</i>	29
10. Sekolah Bulu tangkis Banyuasin.....	30
B. Kajian Penelitian yang Relevan	32
C. Kerangka Berpikir	34
D. Hipotesis Penelitian.....	34

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian.....	36
B. Variabel Penelitian	37
C. Tempat dan Waktu Penelitian	38
D. Populasi dan Sampel Penelitian	38
E. Teknik Pengumpulan Data.....	39
F. Teknik Analisa Data.....	44

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	50
1. Deskriptif Hasil Penelitian	50
2. Hasil Data Penelitian.....	51
a. Hasil Tes <i>Power</i> Otot Lengan.....	51
b. Hasil Tes Koordinasi Mata Tangan	53
c. Hasil Tes Pukulan <i>Smash</i>	54
3. Hasil Analisa Data	55
1) Uji Prasyarat	55
2) Uji Hipotesis	57
a. Hubungan <i>Power</i> Otot Lengan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	57

b. Hubungan Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	58
c. Hubungan <i>Power</i> Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	59
B. Pembahasan.....	59
1. Hubungan <i>Power</i> Otot Lengan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	59
2. Hubungan Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	61
3. Hubungan <i>Power</i> Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	62
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	64
B. Saran.....	64
 DAFTAR PUSTAKA	65
 LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Penelitian Yang Relevan	32
Tabel 3.1 Populasi Penelitian	39
Tabel 3.2 Sampel Penelitian.....	39
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Skor Tes <i>Power</i> Otot Lengan	51
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Skor Tes Koordinasi Mata Tangan	53
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Skor Pukulan <i>Smash</i>	55
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas	57
Tabel 4.6 Uji Korelasi <i>Power</i> Otot Lengan Terhadap Pukulan <i>Smash</i>	57
Tabel 4.7 Uji Korelasi Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	58
Tabel 4.8 Uji Korelasi <i>Power</i> Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan <i>Smash</i>	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Lapangan bulu tangkis dan ukurannya.....	9
Gambar 2.2 Raket.....	10
Gambar 2.3 <i>Shuttle cock</i>	10
Gambar 2.4 Otot Lengan dalam <i>Smash</i>	26
Gambar 2.5 Kerangka Berpikir	34
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	36
Gambar 3.2 Tes <i>Smash</i>	43
Gambar 4.1 Peta Sekolah Bulu tangkis Banyuasin.....	50
Gambar 4.2 Histogram Skor <i>Power</i> Otot Lengan.....	52
Gambar 4.3 Histogram Skor Koordinasi Mata Tangan	54
Gambar 4.4 Histogram Skor Pukulan <i>Smash</i>	55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Penelitian	66
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Ujian Proposal	67
Lampiran 3. Lembar Konsultasi	68
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Ujian Skripsi	69
Lampiran 5. Surat Keterangan Lulus	70
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian	71
Lampiran 7. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	72
Lampiran 8. Hasil Olah Data	73
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	74
Lampiran 10. Plagat Cheker	75
Lampiran 11. SK Pembimbing	76
Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup	77