

**TINGKAT KECAKAPAN PUKULAN BACKHAND OVERHEAD LOB
PADA PB. HANDIL III KECAMATAN GAMBUT
KABUPATEN BANJAR**



**Oleh :
MUHAMMAD MUSHLIH
NIM. 1810122210007**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
BANJARBARU
2023**

ABSTRAK

Muhammad Mushlih, NIM 1810122210007, 2023. “Tingkat Kecakapan Pukulan *Backhand Overhead Lob* Pada PB. Handil III Kecamatan Gambut Kabupaten Banjar”. Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Lambung Mangkurat. Pembimbing: (Utama) Mita Erliana, S.Pd., M.Or. Pembimbing: (Pendamping) Drs. Abd. Hamid, M.Pd.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat kecakapan pukulan *Backhand Overhead Lob* pada PB. Handil III Kecamatan Gambut Kabupaten Banjar.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah metode survey dengan teknik tes dan pengukuran yang dilakukan oleh (Poole James, 2011:32). Tes dan pengukuran itu dilakukan terhadap Tingkat Kecakapan Pukulan *Backhand Overhead Lob* Pada PB. Handil III Kecamatan Gambut Kabupaten Banjar. Populasi dalam penelitian ini adalah semua PB. Handil III Kecamatan Gambut Kabupaten Banjar yang berjumlah 15 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Jadi jumlah sampel adalah 15 orang.

Hasil penelitian yang diperoleh bahwa kecakapan pukulan *Backhand Overhead Lob* Pada PB. Handil III Kecamatan Gambut dengan kategori “Sangat Baik”, yaitu 0 atau (0%), kemudian untuk kategori “Baik” sebanyak 7 peserta didik atau (47%), selanjutnya pada kategori “Cukup” sebanyak 3 peserta didik atau (20%), kemudian pada kategori “Kurang” sebanyak 4 peserta didik atau (27%) dan yang terakhir untuk kategori “Sangat Kurang”, yaitu sebanyak 1 peserta didik atau (7%). Selanjutnya untuk rata-rata sebesar 24, maka kecakapan pukulan *Backhand Overhead Lob* Pada PB. Handil III Kecamatan Gambut masuk dalam kategori “Baik”.

Berdasarkan perhitungan dan analisis data yang diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: Tingkat Kecakapan Pukulan *Backhand Overhead Lob* Pada PB. Handil III Kecamatan Gambut Kabupaten Banjar dari 15 peserta yang menjadi sampel dalam penelitian ini semuanya terhitung dari banyaknya yang memperoleh kategori baik dengan persentase 47%, maka masuk dalam kategori Baik, hal ini mungkin karena masih ada sebagian dalam melakukan pukulan *Backhand Overhead Lob* yang belum mengerti baik dari segi teknik dan fisik. Oleh sebab itu dalam melatih, hendaknya selalu diberi juga dorongan motivasi dan teknik agar sempel terbiasa sungguh-sungguh dalam bermain Bulutangkis.

Kata Kunci: Tingkat Kecakapan Pukulan *Backhand Overhead Lob*

ABSTRACT

Muhammad Mushlih, NIM 1810122210007, 2023. "Level of Proficiency in Backhand Overhead Lob Shots in PB. Handil III, Gambut District, Banjar Regency." Physical Education Study Program Thesis. Faculty of Teacher Training and Education. Lambung Mangkurat University. Supervisor: (Main) Mita Erliana, S.Pd., M.Or. Supervisor: (Companion) Drs. Abd. Hamid, M.Pd.

The aim of this research is to determine the level of proficiency in the Backhand Overhead Lob shot at PB. Handil III, Gambut District, Banjar Regency.

This research is quantitative research. The method used by researchers in this research is a survey method with test and measurement techniques carried out by (Poole James, 2011:32). The tests and measurements were carried out on the Proficiency Level of Backhand Overhead Lob Shots in PB. Handil III, Gambut District, Banjar Regency. The population in this study were all PB. Handil III, Gambut District, Banjar Regency, totaling 15 people. The sampling technique uses total sampling. So the sample size is 15 people.

The research results showed that the skill of Backhand Overhead Lob hitting PB. Handil III Gambut District with the "Very Good" category, namely 0 or (0%), then for the "Good" category there were 7 students or (47%), then in the "Fair" category there were 3 students or (20%) , then in the "Poor" category there were 4 students or (27%) and finally in the "Very Poor" category, there were 1 student or (7%). Next, for an average of 24, the skill of the Backhand Overhead Lob shot is PB. Handil III, Gambut District is in the "Good" category.

Based on the calculations and analysis of the data obtained, it can be concluded that: Skill Level of Backhand Overhead Lob Shot in PB. Handil III, Gambut District, Banjar Regency, of the 15 participants sampled in this study, all of them were counted in the good category with a percentage of 47%, so they were included in the Good category, this may be because there are still some who have not yet executed the Backhand Overhead Lob shot. Understand both technical and physical aspects. Therefore, when training, you should always be given encouragement and technique so that you get used to playing badminton seriously.

Keywords: *Overhead Lob Backhand Proficiency Level*

Motto dan Persembahan

“Selalu Menghargai Orang Lain, Jika Kamu Ingin Dihargai”

(MUHAMMAD MUSHLIH)

Karya ini saya persembahkan untuk:

Yang terkhusus untuk ke dua orang tua saya ayahanda dan ibunda serta seluruh **Keluarga, Kerabat** dan **teman–teman** semuanya. Saya ucapkan terima kasih untuk semuanya yang sudah banyak membantu.

HALAMAN PERSETUJUAN

TINGKAT KECAKAPAN PUKULAN BACKHAND OVERHEAD LOB PADA
PB. HANDIL III KECAMATAN GAMBUT
KABUPATEN BANJAR

Oleh :

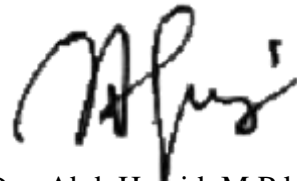
Muhammad Mushlih
NIM: 1810122210007

Pembimbing Utama :



Mita Erliana, S.Pd., M.Or.
NIP 198002222005012007

Pembimbing Pendamping :



Drs. Abd. Hamid, M.Pd.
NIP 196005071988031004

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru,

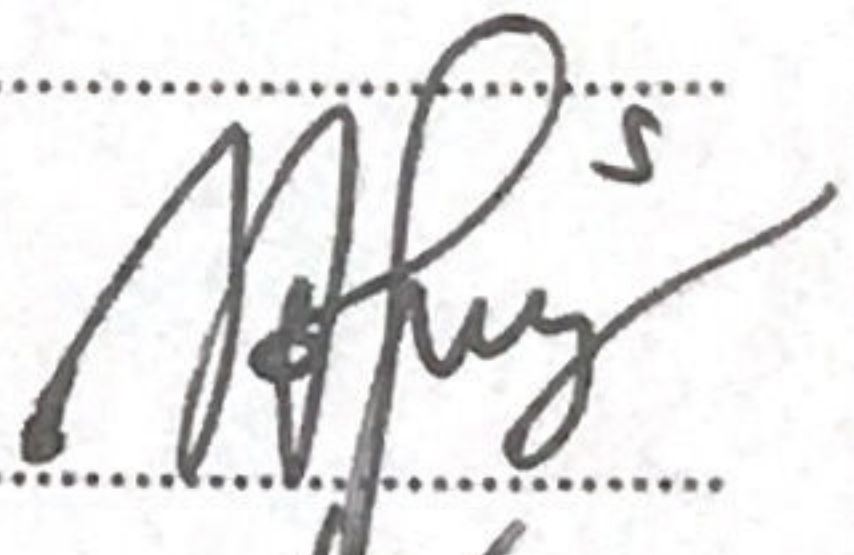


Dr. Rahmadi, S.Pd., M.Pd.
NIP 197807312002121001

HALAMAN PENGESAHAN

Telah Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Sidang Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Tanggal, 12 Januari 2024

Dewan Penguji

- | | | |
|----------------------------------|--------------|---|
| 1. Mita Erliana, S.Pd., M.Or. | (Ketua) |  |
| 2. Drs. Abd. Hamid, M.Pd. | (Sekretaris) |  |
| 3. Akhmad Amirudin, S.Pd., M.Pd. | (Anggota) |  |

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru



Drs. Perdinanto, M.Pd.
NIP 196309251988031002

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama	: Muhammad Mushlih
NIM	: 1810122210007
Program Studi	: Pendidikan Jasmani
Jurusan	: Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas	: Lambung Mangkurat

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa **Skripsi** yang saya tulis ini benar - benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila dikemudian hari ditemukan sebagian atau seluruhnya dari **Skripsi** ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Banjarbaru, 28 Februari 2024
Yang membuat pernyataan,



Muhammad Mushlih
NIM: 1810122210007

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang sudah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul *“Tingkat Kecakapan Pukulan Backhand Overhead Lob Pada PB. Handil III Kecamatan Gambut Kabupaten Banjar”*.

Maksud dan tujuan pembuatan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dalam jenjang perkuliahan Strata 1 Universitas Lambung Mangkurat, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Program Studi Pendidikan Jasmani. Dalam penulisan skripsi ini banyak sekali menemukan berbagai hambatan dan rintangan, tapi berkat bimbingan, pertolongan, nasihat serta saran dari semua pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikan pembuatan skripsi ini.

Walaupun begitu, penulis tahu masih terdapat banyak keterbatasan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini, maka dari itu penulis menerima berbagai saran dan kritik yang sifatnya membangun agar dimasa yang akan datang tulisan ini dapat menjadi lebih baik lagi. Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, S.E., M.Si. Rektor Universitas Lambung Mangkurat (ULM) Banjarmasin.
2. Prof. Dr. Sunarno Basuki, Drs., M.Kes., AIFO. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan ULM Banjarmasin.

3. Prof. Dr. Deasy Arisanty, S.Si., M.Sc. Selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.
4. Dr. Dharmono, M.Si. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.
5. Dr. Ali Rachman S.Pd., M.Pd. Selaku Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.
6. Drs. Perdinanto, M.Pd. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FKIP ULM Banjarbaru.
7. Edwin Wahyu Dirgantoro, S.Or., M.Pd. Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FKIP ULM Banjarbaru.
8. Dr. Rahmadi, S.Pd., M.Pd. Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
9. Dr. Arie Rakhman, S.Pd., M.Pd. Sekretaris Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
10. Mita Erliana, S.Pd., M.Or. Dosen Pembimbing Utama yang telah banyak membantu, membimbing dan memberikan motivasi selama penulisan skripsi ini.
11. Drs. Abd. Hamid, M.Pd. Dosen Pembimbing Pendamping yang telah banyak membantu, membimbing dan memberikan motivasi selama penulisan skripsi ini.
12. PB. Handil III Kecamatan Gambut Kabupaten Banjar, terima kasih telah memberikan izin penelitian dan menjadi sampel dalam penelitian ini.

13. Kepada kedua Orang Tua Tercinta, dan Keluarga yang telah mendoakan serta memberikan dukungan moral dan membantu dalam biaya perkuliahan sehingga tugas akhir skripsi dapat diselesaikan.
14. Kepada seluruh teman-teman dan semua pihak yang telah memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti doakan Semoga amal ibadah semua pihak yang telah membantu penulisan skripsi ini dapat ganjaran yang berlimpah dari Tuhan Yang Maha Esa.

Banjarbaru, 04 Desember 2023
Peneliti

Muhammad Mushlih

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
MOTTO dan PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teoritis.....	6
1. Sejarah Bulutangkis.....	6
2. Hakikat Bulutangkis.....	7
3. Teknik Dasar Bulutangkis.....	8
4. Teknik Pukulan Backhand Overhead Lob	10
5. Pukulan Backhand Overhead Lob.....	12
B. Penelitian Yang Relevan.....	15
C. Kerangka Berpikir.....	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Variabel Penelitian.....	19
B. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel.....	19
C. Tempat dan Waktu Penelitian	20
D. Metode Penelitian	21
E. Populasi dan Sampel	21
F. Instrumen Penelitian	22
G. Teknik Pengumpulan Data.....	23
H. Teknik Analisis Data.....	24

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	26
B. Pembahasan.....	29

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	30
B. Saran	30

DAFTAR PUSTAKA	32
----------------------	----

LAMPIRAN	33
----------------	----

DOKUMENTASI PENELITIAN	43
------------------------------	----

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Nilai Hasil Pukulan Backhand Overhead Lob	25
Tabel 3.2 Norma Pengkategorian.....	25
Tabel 4.1 Data Pukulan Backhand Overhead Lob Pada PB. Handil III .	26
Tabel 4.2 Statistik Dalam SPSS Pukulan Backhand Overhead Lob	27
Tabel 4.3 Hasil Distribusi Frekuensi Kecakapan Pukulan Backhand.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Penunjukan Pembimbing Artikel	34
Lampiran 2. Surat Izin Ketua Koni Kabupaten Banjar	35
Lampiran 3. Surat Balasan Ketua Koni Kabupaten Banjar	36
Lampiran 4. Surat Izin Ketua PB. Handil III Kec. Gambut Kab. Banjar	37
Lampiran 5. Surat Balasan Ketua PB. Handil III Kec. Gambut	38
Lampiran 6. Surat Undangan Kepada Pembimbing Utama.....	39
Lampiran 7. Surat Undangan Kepada Pembimbing Pendamping.....	40
Lampiran 8. Data Hasil Pukulan Backhand Overhead Lob	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Posisi Pukulan Backhand Lob.....	11
2.2 Arah Shuttle pada Pukulan Backhand Overhead Lob.....	11
3.1 Daerah Sasaran Pukulan Backhand Overhead Lob.....	22
4.1. Diagram Batang Hasil Distribusi Frekuensi Pukulan Backhand	28

Dokumentasi Penelitian

Gambar 1. Alat Tes	44
Gambar 2. Lapangan Penelitian	44
Gambar 3. Absen Untuk Peserta Tes	45
Gambar 4. Pengarahan Peneliti Kepada Sampel.....	45
Gambar 5. Pemanasan Bagian Tangan.....	46
Gambar 6. Pemanasan Bagian Pinggang	46
Gambar 7. Pemanasan Bagian Kaki.....	47
Gambar 8. Pemanasan Bagian Jari-Jari Kaki.....	47
Gambar 9. Sampel Membantu Dalam Melaksanakan Tes	48
Gambar 10. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	48
Gambar 11. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	49
Gambar 12. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	49
Gambar 13. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	50
Gambar 14. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	50
Gambar 15. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	51
Gamabr 16. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	51
Gambar 17. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	52
Gambar 18. Sampel Berikutny Bersiap-siap Melakukan Tes	52
Gambar 19. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	53
Gambar 20. Sampel Berikutny Bersiap-siap Melakukan Tes	53

Gambar 21. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	54
Gambar 22. Sampel Berikutny Bersiap-siap Melakukan Tes	54
Gambar 23. Sampel Melakukan Tes Backhand Overhead Lob	55
Gambar 24. Foto Bersama Peneliti dan Sampel.....	55