JURNAL

PERBANDINGAN KEKUATAN PUKULAN MENGGUNAKAN TEKNIK PEGANGAN *AMERICAN GRIP, FOREHAND GRIP,* DAN *BACKHAND GRIP* PADA PEMAIN EKTRAKURIKULER BULUTANGKIS PUTRI SMPN 1 TULUNGAGUNG TAHUN 2016

THE COMPARISON OF POWER PUNCHES USING THE TECHNIQUE AMERICAN HANDLE GRIP, GRIP FOREHAND, AND BACKHAND GRIP ON EKTRAKURIKULER BADMINTON PLAYERS DAUGHTER SMPN 1 TULUNGAGUNG YEAR 2016

OLEH :

NOVAN PRASETYO
NPM : 12.1.01.09.0130

Dibimbing Oleh:

1. Wasis Himawanto, M.Or
2. Rizki Burstiando, M.Pd

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap	: **NOVAN PRASETYO**
NPM	: 12.1.01.09.0130
Telepon / HP	: 081249048899
Alamat surel (Email)	: novan.prasetyo30@gmail.com
Fakultas – Program Studi	: FKIP -
Alamat Perguruan Tinggi	: UN PGRI Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa:

a. Artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarism;

b. Artikel telah diteliti dan disetujui untuk ditertibkan oleh Dosen Pembimbing I dan II

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		**Kediri, ……**
Pembimbing I	**Pembimbing II**	**Penulis,**
Wasis Himawanto, M.Or NIDN. 072312 8103	**Rizki Burstiando, M.Pd** NIDN. 0711029002	**Novan Prasetyo** NPM : 12.1.01.09.0130

PERBANDINGAN KEKUATAN PUKULAN MENGGUNAKAN TEKNIK PEGANGAN *AMRICAN GRIP, FOREHAND GRIP,* DAN *BACKHAND GRIP* PADA PEMAIN EKTRAKURIKULER BULUTANGKIS PUTRI SMPN 1 TULUNGAGUNG TAHUN 2016

NOVAN PRASETYO
NPM : 12.1.01.09.0130
FKIP - Penjaskesrek
Email: novan.prasetyo30@gmail.com
Wasis Himawanto, M.Or[1] dan **Rizki Burstiando, M.Pd**[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini berawal dari adanya identifikasi bahwa beberapa siswa yang mengikuti ektrakurikuler bulutangkis kurang mendapatkan pelatihan yang terarah, penguasaan teknik pegangan raket yang masih asal-asalan dan kekuatan pukulan yang dihasilkan masih kurang tepat dan kuat. Sehingga peneliti bertjuan untuk mengetahui perbandingan kekuatan pukulan *lob* menggunakan teknik pegangan raket *forehand grip* lebih baik dari pada teknik pegangan raket *american grip* dan *backhand grip* pada pemain ektrakurikuler bulutangkis putri SMP Negeri 1 Tulungagung.

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Sedangkan, teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah survai. Sampel dipilih menggunakan teknik sampel jenuh sebanyak 60 siswa dan kemudian dibagi secara acak menjadi tiga kelompok yang akan disurvai rata-rata kekuatan pukulan *lop* pemain menggunakan teknik pegangan raket yang digunakan. Data yang diperoleh saat *saat* survai akan dilakukan uji anova satu jalur untuk mengetahui pengaruh yang diberikan dari setiap masing-masing teknik pegngan raket yang digunakan terhadap kekuatan pukulan yang dihasilkan.

Berdasarkan hasil survai yang diperoleh dan dilakukan analisis anova diketahui bahwa: 1) Teknik pegangan raket *american grip* memiliki rata-rata skor kekuatan pukulan sebesar 47.05 dengan kriteria kurang, 2) Teknik pegangan raket *forehand grip* memiliki rata-rata skor kekuatan pukulan sebesar 60.95 dengan kriteria baik, dan 3) Teknik pegangan raket *backhand grip* pada siswa ektrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Tulungagung memiliki rata-rata skor kekuatan pukulan sebesar 88.25 dengan kriteria baik.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa kekuatan pukulan menggunakan teknik pegangan raket *backhand grip* lebih baik daripada teknik *american grip* dan *forehand grip* pada siswa ektrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Tulungagung.

Kata Kunci : Perbandingan, kekuatan, Pukulan, Teknik Pegangan, American Grip, Forehand Grip, Backhand Grip, Bulutangkis

I. LATAR BELAKANG

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang permainannya menggunakan raket sebagai pemukul dan *shuttlecock* sebagai obyek yang dipukul. Hal terpenting yang mendasar supaya dapat bermain bulutangkis adalah menguasai macam-macam teknik dasar. Seorang pemain bulutangkis harus menguasai teknik-teknik dasar bulutangkis untuk dapat mendukung penampilannya menjadi lebih baik. Sehingga prestasi yang dicapai akan lebih tinggi. Adapun macam-macam teknik dasar bulutangkis menurut Sumarno dkk (2002: 164) mengklasifikasi teknik dasar bulutangkis menjadi empat macam, yaitu: 1) teknik memegang raket *(grips)*, 2) teknik mengatur kerja kaki *(footwork)*, 3) teknik menguasai pukulan *(strokes)*, dan 4) Teknik menguasai pola-pola pukulan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada ektrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 1 Tulungagung banyak dijumpai siswa yang mengikuti olahraga ini. Bahkan beberapa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis sampai mengikuti kejuaraan antar sekolah maupun kabupaten meskipun tidak sampai meraih juara paling unggul. Hal ini dikarenakan adanya beberapa alasan yaitu, 1) beberapa siswa yang mengikuti ektrakurikuler bulutangkis kurang mendapatkan pelatihan yang terarah, 2) penguasaan teknik pegangan raket yang masih asal-asalan, 3) kekuatan pukulan yang dihasilkan masih kurang tepat dan kuat.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas maka dalam penelitian ini ingin mengetahui "**Perbandingan Kekuatan Pukulan *Smash* Menggunakan Teknik Pegangan Raket *American Grip, Forehand Grip* Dan *Backhand Grip* Pada Pemain Ektrakurikuler Bulutagkis Putri Tahun SMP Negeri 1 Tulungagung".**

II. METODE

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2015: 7). Metode kuantitatif digunakan apabila masalah merupakan penyimpangan antara yang seharusnya dengan yang terjadi, antara aturan dengan pelaksanaan, antara teori dengan praktik, antara rencana dengan pelaksanaan.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik eksperimen. Menurut Sugiyono (2012:109) menambahkan penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh

perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Dalam penelitian eksperimen ada perlakuan atau (*treatment*).

Menurut Arikunto (2010:188) bahwa, "Subjek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti". Dari pendapat yang telah dipaparkan, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa subjek penelitian adalah individu atau benda yang dijadikan sumber informasi dalam pengumpulan data penelitian.

dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel dengan teknik *totol sampling*. Maka sampel penelitian ada 60 siswa putri dari seluruh populasi yang mengikuti ektrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 1 Tulungagung.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Hasil

Tabel 4.4 Hasil Uji Variansi Homogen

Test of Homogeneity of Variances

hasil kekuatan pukulan

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.455	2	57	.242

Tabel 4.5 Hasil Uji Varian Rata-rata Kekuatan Pukulan Menggunakan Teknik Pegangan Raket Berbeda

ANOVA

hasil kekuatan pukulan

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	17572.933	2	8786.467	391.992	.000
Within Groups	1277.650	57	22.415		
Total	18850.583	59			

Tabel 4.6 Posisi Rata-rata Kekuatan Pukulan Pemain Bulutangkis Putri SMPN 1 Tulungagung

hasil kekuatan pukulan

Tukey HSD[a]

kelompok	N	Subset for alpha = 0.05		
		1	2	3
american grip	20	47.05		
forehand grip	20		60.95	
backhand grip	20			88.25
Sig.		1.000	1.000	1.000

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 20.000.

Tabel 4.7 Hasil Hipoteris Perbandingan Kekuatan Pukulan Menggunakan Teknik Pegangan Raket Berbeda

Multiple Comparisons

Dependent Variable: hasil kekuatan pukulan

Tukey HSD

(I) kelompok	(J) kelompok	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
american grip	forehand grip	-13.900*	1.497	.000	-17.50	-10.30
	backhand grip	-41.200*	1.497	.000	-44.80	-37.60
forehand grip	american grip	13.900*	1.497	.000	10.30	17.50
	backhand grip	-27.300*	1.497	.000	-30.90	-23.70
backhand grip	american grip	41.200*	1.497	.000	37.60	44.80
	forehand grip	27.300*	1.497	.000	23.70	30.90

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai sig. = 0.000 < 0.05m maka dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan kekuatan pukulan yang dihasilkan menggunakan teknik pegangan raket yang berbeda. Pada baris pertama menunjukkan rata-rata kekuatan pukulan teknik *american grip* kurang dari teknik *forehand grip* dan *backhand grip.* Untuk baris kedua dapat diketahui bahwa rata-rata teknik pegangan raket *forehand grip* lebih besar dari *american grip* dan kurang dari rata-rata kekuatan pukulan *backhand grip.* Sedangkan, baris ketiga menunjukkan bahwa rata-rata kekuatan pukulan *backhand grip* lebih besar dari kekuatan pukulan teknik pegangan raket *american grip* dan *forehand grip.* Sehingga dapat disimpulkan bahwa kekuatan pukulan teknik pegangan raket *backhang grip* lebih baik daripada teknik *forehand grip* dan teknik pegangan raket *american grip.*

Simpulan

Berdasrkan hasil deskripsi dan analisis data, maka dapat diperoleh kesimpulan hasil kekuatan pukulan lob menggunakan teknik pegangan raket.Teknik pegangan raket *american grip* pada siswa ektrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Tulungagung memiliki rata-rata skor kekuatan pukulan sebesar 47.05 dengan kriteria kurang.Teknik pegangan raket *forehand grip* pada siswa ektrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Tulungagung memiliki rata-rata skor kekuatan pukulan sebesar 60.95 dengan kriteria baik.Teknik pegangan raket *backhand grip* pada siswa ektrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Tulungagung memiliki rata-rata skor kekuatan pukulan sebesar 88.25 dengan kriteria baik.Kekuatan pukulan menggunakan teknik pegangan raket *backhand grip* lebih

baik daripada teknik *american grip* dan *forehand grip* pada siswa ektrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Tulungagung.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Anu, Riswan. dkk. 2012. *Pengaruh Latihan Skipping terhadap Peningkatan Ketepatan Pukulan Smash Forehand Dalam Cabang Olahraga Bulutangkis Pada Siswa Putera SMA Negeri 1 Suwawa.* Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo.

Aprianto, Bayu. 2009. *Perbedaan Pengaruh Latihan Dengan Metode Distributed Practice Dan Massed Practice Terhadap Kemampuan Smash Bulutangkis Pada Siswa Pemula Persatuan Bulutangkis Pelita Abadi Karanganyar Tahun 2009*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Rineka Cipta.

Bayu Aprianto. 2009. *Perbedaan Pengaruh Latihan dengan Metode Distributed Practice dan Massed Practice Terhadap Kemampuan Smash Bulutangkis Pada Siswa Pemula Persatuan Bulutangkis Pelita Abadi Karanganyar Tahun 2009*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Handayani, Aprilia Dwi. dkk. 2014. *Pelatihan SPSS (Statistical Product and Service Solutions)*. Kediri: UN PGRI Kediri.

PBSI. 2006.*Pedoman Praktis Bermain Bulutangkis*. Jakarta : PT Rhineka Cipta

Riduwan. 2013. *Dasar-Dasar Statistika*. Bandung: Alfabera.

Rizky Griya Putra Wikrama. 2015. *Pengaruh Latihan Smash dengan Penambahan Forward dan Backward Handgrip Terhadap Prestasi Smash*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Soemarno dkk. 2004. *Olahraga Pilihan Bulutangkis.* Jakarta: Universitas Terbuka.

Sugiono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendektan Kuantitif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.

Tatang, Sumarno Muchtar. 2010. *Bulutangkis*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Wikrama, Rizky Griya Putra. 2015. *Pengaruh Latihan smash dengan Penambahan Forward Dan Backward Handgrip Terhadap Prestasi Smash.* Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Yudha Aryan Prabowo. 2015. *Ketepatan Pukulan Smash Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Putra di* SMP Negeri 13 Yogyakarta. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta.