

**TINGKAT KETEPATAN PUKULAN *LOB* PADA ATLET
BULUTANGKIS USIA 10-12 TAHUN DI PB.
BULLBADM**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN ILMU OLAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

2025

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI
GELAR SARJANA PENDIDIKAN**



Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197608272006041001

Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or.
NIP. 197105202001121002

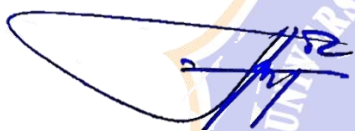
Skripsi oleh I Ketut Berlian Marantika Putra ini
Telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 16 Juni 2025

Dewan Penguji,



Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197608272006041001

(Ketua)



Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or.
NIP. 197105202001121002

(Anggota)



Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis.
NIP. 197812142001122001

(Anggota)



Dr. Wasti Danardani, S.Pd., M.A.
NIP. 197806012001122001

(Anggota)

Diterima oleh Panitia Ujian Akhir Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan

Pada

Hari : Selasa

Tanggal : 16 Juni 2025

Mengetahui,

Ketua Ujian

Sekretaris Ujian


Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.
NIP.198501172008121001


Dr. Syarif Hidayat, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197711152001121001

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan




Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. AIFO-P.
NIP. 196805172001121001

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Tingkat Ketepatan Pukulan *Lob* Pada Atlet Bulutangkis Usia 10-12 Tahun di PB. Bullbadm” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 16 Juni 2025

Yang membuat pernyataan,



I Ketut Berlian Marantika Putra
NIM. 2116041014

PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmatnya proposal skripsi yang berjudul “Tingkat Ketepatan Pukulan *Lob* Pada Atlet Bulutangkis Usia 10-12 Tahun Di PB. Bullbadm” dapat diselesaikan. Adapun penyusunan skripsi ini sebagai syarat guna untuk mencapai gelar sarjana pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.

Selama penyusunan skripsi ini terdapat berbagai rintangan dan hambatan yang telah dihadapi namun berkat bimbingan, dukungan dan bantuan dari berbagai pihak semua berjalan dengan lancar. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat.

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti Pendidikan pada program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. AIFO-P., Selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Dr. Gede Suwiwa, S.Pd.,M.Pd., Selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.
4. Dr. Gede Dody Tisna, MS, S.Or.,M.Or., Selaku Wakil Dekan 2 Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.
5. Dr. I Made Satyawana, S.Pd.,M.Pd., Selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.
6. Dr. Gede Eka Budi Darmawan, S.Pd.,M.Or., Ketua Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan.
7. I Ketut Chandra Adinata Kusuma, S.Pd.,M.Pd., Sekretaris Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan.

8. Dr. Syarif Hidayat, S.Pd.,M.Pd., Koordinator Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga yang telah banyak membantu dan memberikan pelayanan baik di bidang administrasi akademik maupun non akademik.
9. Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, S.Pd., M.Pd., Selaku pembimbing pertama yang telah banyak membantu memberikan masukan, saran, dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or., Selaku Pembimbing Akademik dan pembimbing kedua yang telah banyak membantu memberikan masukan, saran, dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes., selaku Koordinator Lab yang telah memberikan bantuan demi kelancaran penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.
12. Seluruh Staff dosen dan Pegawai di Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah memberikan bantuan demi kelancaran penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan dan dukungan bagi penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan kemampuan penulis yang dimiliki. Untuk itu penulis mengharapkan kritik maupun saran yang bersifat membangun untuk penyempurnaan skripsi ini. Penulis mengharapkan agar nantinya skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia Pendidikan

Singaraja, 16 Juni 2025



I Ketut Berlian Marantika Putra
NIM. 2116041014

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PANITIA UJIAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
KATA PERSEMBAHAN.....	vi
MOTO.....	vii
PRAKATA.....	viii
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang Masalah Penelitian.....	1
1.2 Identifikasi Masalah Penelitian.....	7
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah Penelitian	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Hasil Penelitian	8
 BAB II KAJIAN TEORI.....	 10
2.1 Hakikat Bulutangkis	10

2.2 Teknik Dasar Bulutangkis	11
2.3 Pengertian Pukulan <i>Lob</i>	16
2.4 Macam-macam Pukulan <i>Lob</i>	17
2.5 Hakikat Ketepatan	21
2.6 Pengertian Latihan.....	22
2.7 Penelitian Relevan	24
2.8 Kerangka Berpikir	26
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 27
3.1 Rancangan Penelitian	27
3.2 Subjek Penelitian.....	27
3.3 Metode dan Instrumen Pengumpulan Data	28
3.3.1 Metode Pengumpulan Data.....	28
3.3.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	30
3.4 Metode dan Teknik Analisis Data.....	33
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 34
4.1 Hasil Penelitian.....	34
4.1.1 Deskripsi Penelitian	34
4.2 Pembahasan	37
4.2.1 Ketepatan Pukulan <i>Lob</i>	37
4.3 Implikasi Penelitian.....	45
4.3.1 Implikasi Teoritis	45
4.3.2 Implikasi Praktis	45
 BAB V PENUTUP.....	 47

5.1 Rangkuman.....	47
5.2 Kesimpulan.....	48
5.3 Saran.....	48
5.4 Rekomendasi	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	57



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Formulir Tes Pengukuran	32
Tabel 3.2 Norma Tes Ketepatan Pukulan <i>Lob</i>	32
Tabel 4.1 Distribusi Data Tes Ketepatan Pukulan <i>Lob</i> atlet PB. Bullbadm	35
Tabel 4.2 Distribusi Norma Tes Ketepatan Pukulan <i>Lob</i>	35



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>American Grip</i>	12
Gambar 2.2 <i>Forehand Grip</i>	13
Gambar 2.3 <i>Backhand Grip</i>	13
Gambar 2.4 Sikap berdiri (<i>Stance</i>).....	14
Gambar 2.5 <i>Forehand Overhead Lob</i>	19
Gambar 2.6 <i>Backhand Overhead Lob</i>	20
Gambar 2.7 <i>Underhand Lob</i>	21
Gambar 2.8 Kerangka Berpikir	26
Gambar 3.1 Lapangan Pelaksanaan Tes	30
Gambar 4.1 Diagram Tes Ketepatan Pukulan <i>Lob</i> Atlet PB. Bullbadm	36



DAFTAR LAMPIRAN

	Hamalam
Lampiran 1. Surat Izin Melakukan Observasi.....	58
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Observasi	59
Lampiran 3. Surat Izin Melakukan Penelitian.....	60
Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian	61
Lampiran 5. Data Tes Ketepatan Pukulan <i>Lob</i> atlet PB. Bullbadm	62
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian	63
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup.....	67

