

ABSTRAK

Dhanamjaya, I Nyoman Kresna. 2019. “Pengaruh Pelatihan *Forehand* dan *Backhand* terhadap ketepatan servis Bulutangkis ditinjau dari Kekuatan Otot Lengan”. *Tesis*. Pendidikan Olahraga, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Tesis ini sudah disetujui dan diperiksa oleh Pembimbing I: Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes dan Pembimbing II: Dr. I Ketut Iwan Swadesi, S.Pd., M.Or.

Kata Kunci : *forehand*, *backhand*, Kekuatan Otot Lengan, dan Ketepatan Servis

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: Pengaruh Pelatihan *Forehand* dan *Backhand* terhadap ketepatan servis Bulutangkis ditinjau dari Kekuatan Otot Lengan Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMP Sathya Sai Denpasar. Jenis penelitian yang digunakan penelitian ini adalah eksperimen semu (quasi experimental) dengan rancangan treatment by level dengan dua ketegori 2x2. Penelitian ini menggunakan subjek dengan jumlah 32 orang. Subjek berjumlah 32 orang ditentukan dengan katagori ketepatan tinggi dan rendah. Teknik analisis data menggunakan anava 2 jalur pada taraf signifikansi 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan: 1) Hasil ketepatan servis *bulutangkis* pada peserta yang mendapatkan pelatihan *forehand* lebih baik dari pelatihan *backhand* dengan *mean difference* 0,207, 2) Terdapat interaksi antara *forehand*, *backhand* dan Kekuatan Otot lengan terhadap ketepatan servis *bulutangkis* dengan sig. (0,045) < (0,05), 3) Hasil ketepatan servis *bulutangkis* yang mendapatkan pelatihan *forehand* lebih baik dari latihan *backhand* pada peserta yang memiliki Kekuatan Otot lengan tinggi dengan *mean difference* 0,875, dan 4) Hasil ketepatan servis bulutangkis yang mendapatkan pelatihan *forehand* lebih baik dari pelatihan *backhand* pada peserta yang memiliki Kekuatan Otot lengan rendah dengan *mean difference* 0,25.

Simpulan dari penelitian ini: 1) Hasil ketepatan servis *bulutangkis* pada peserta yang mendapatkan pelatihan *forehand* lebih baik dari pelatihan *backhand* 2) Terdapat interaksi antara *forehand*, *backhand* dan Kekuatan Otot lengan terhadap ketepatan servis *bulutangkis*, 3) Hasil ketepatan servis *bulutangkis* pada peserta yang mendapatkan pelatihan *forehand* lebih baik dari pelatihan *backhand* pada peserta yang memiliki Kekuatan Otot lengan tinggi, dan 4) Hasil ketepatan servis *bulutangkis* yang mendapatkan pelatihan *forehand* lebih baik dari pelatihan *backhand* pada peserta yang memiliki kekuatan otot lengan rendah.

ABSTRACT

Dhanamjaya, I Nyoman Kresna. 2019. "The Influence of *Forehand* and *Backhand* Training on the accuracy of badminton services in terms of Arm Muscle Strength". Thesis. Sports Education, Graduate Program, Ganesha University of Education.

This thesis has been approved and reviewed by Advisor I: Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes and Advisor II: Dr. I Ketut Iwan Swadesi, S.Pd., M.Or.

Keywords: forehand, backhand, Arm Muscle Strength, and Service Accuracy

This study aims to analyze: The effect of Forehand and Backhand Stroke training on the accuracy of badminton services in terms of arm muscle strength in extracurricular male students at Sathya Sai Junior High School Denpasar. The type of research used in this research is a quasi-experimental (quasi-experimental) with a treatment-by-level design with two 2x2 categories. This study used a subject with a total of 32 people. The 32 subjects were determined with high and low accuracy categories. The data analysis technique used 2-way ANOVA at a significance level of 0.05.

The results showed: 1)) The results of the accuracy of badminton services on participants who received forehand training were better than backhand training with a mean difference of 0.207, 2) There was an interaction between forehand, backhand and arm muscle strength on the accuracy of badminton serve with sig. (0.045) < (0.05), 3) The results of the accuracy of badminton services receiving forehand training are better than backhand training in participants who have high arm muscle strength with a mean difference of 0.875, and 4) The results of the accuracy of badminton services receiving forehand training are more better than backhand training in participants who have low arm muscle strength with a mean difference of 0.25.

The conclusions from this study: 1) The results of the accuracy of badminton services on participants who received forehand training were better than backhand training 2) There was an interaction between forehand, backhand and arm muscle strength on the accuracy of badminton services, 3) The results of the accuracy of badminton services on participants who received training forehand training is better than backhand training for participants who have high arm muscle strength, and 4) the results of the accuracy of badminton services receiving forehand training are better than backhand training for participants who have low arm muscle strength.