

**UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS FOREHAND
MENGUNAKAN RAKET YANG DIMODIFIKASI DALAM PERMAINAN
BULUTANGKIS KELAS SMP NEGERI 53 PALEMBANG.**

Skripsi Oleh

SODERI

NIM. 56081006074

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

PALEMBANG

2012

220 7

5
796.342.220.7.
80d
4
2012

UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS FOREHAND
MENGUNAKAN RAKET YANG DIMODIFIKASI DALAM PERMAINAN
BULUTANGKIS KELAS SMP NEGERI 53 PALEMBANG.



Skripsi Oleh

S O D E R I

NIM. 56081006074

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2012

**PENGARUH UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS
FOREHAND MENGGUNAKAN RAKET YANG DIMODIFIKASI DALAM
PERMAINAN BULUTANGKIS KELAS VII SMP NEGERI 53 PALEMBANG**

Skripsi oleh :

SODERI

Nomor Induk Mahasiswa 56081006074

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
TAHUN AJARAN 2012**

Disetujui oleh :

Pembimbing I



**Prof. Dr. dr. Hj. Fauziah Nuraini Kurdi, SpKFR, MPH.
NIP 194604219711602001**

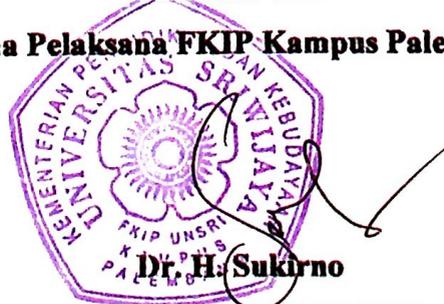
Pembimbing II



**Dra. Hartati, M.Kes.
NIP 196006101985232006**

Disahkan oleh :

Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang

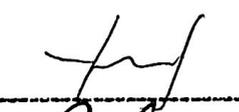
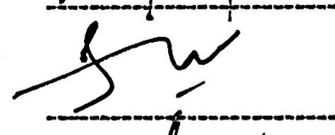


**Dr. H. Sukirno
NIP 195508101983031005**

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Sabtu
Tanggal : 28 Juli 2012

Tim Penguji :

1. Ketua : Prof. Dr. dr. Hj. Fauziah Nuraini Kurdi, SpKFR, MPH 
2. Sekretaris : Dra. Hartati, M.Kes. 
3. Anggota : Drs. Afrizal, M.Kes. 
4. Anggota : Drs. Sy. Muherman, M.Pd. 
5. Anggota : Drs. Maskur Ahmad, M.Kes. 

Palembang, 5 Agustus 2012

Diketahui oleh,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Drs. Waluyo, M.Pd.

NIP. 195601241984031001

Kupersembahkan kepada :

- ❖ *Istri ku tercinta yang selalu mendampingi aku*
- ❖ *Anak - anak ku yang selalu menjadi inspirasi semangat ku*
- ❖ *Saudar - saudara ku yang selalu mengharapakan ke berhasilan ku*
- ❖ *Sahabat - sahabat ku yang selalu bersama dalam suka dan duka*
- ❖ *Teman - teman ku yang selalu memberikan motivasi kepada ku*

Motto :

- ↓ *Apabila kamu bersungguh - sungguh untuk melakukan sesuatu, maka berserah dirilah kepada allah, sesungguhnya allah suka kepada orang yang berserah diri kepadanya (ali imbron : 59)*
- ↓ *Kebaikan tidak bernilai selama diucapkan akan tetapi bernilai sesudah dikerjakan*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Robbil'alamin

Segala puji bagi Allah SWT semata yang telah melimpahkan begitu banyak rahmat dan nikmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menempuh ujian dan menyelesaikan pendidikan ditingkat Sarjana (S1) pada program studi pendidikan jasmani dan kesehatan. Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Sriwijaya dengan judul “ Upaya meningkatkan pembelajaran servis forehand menggunakan raket yang dimodifikasi dalam permainan bulutangkis kelas VII SMP Negeri 53 sako Palembang “.

Penulis menyadari bahwa penulis skripsi ini jauh dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis. Penulis skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dan do'a dari beberapa pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Badiyah Perizade, M, BA, selaku rector Universitas Sriwidjaya, Palembang.
2. Bapak Prof.Drs.Tatang Suhery,M.A.,Ph.D. selaku Dekan FKIP UNSRI.
3. Bapak Drs.Waluyo,M.Pd. selaku Ketua Program Studi Penjaskes serta seluruh dosen yang telah mengajar dengan penuh kesabaran dan ikhlas, semoga ilmu yang diberikan akan menjadi ilmu yang bermanfaat bagi penulis dan dapat diteruskan pada peserta didik.
4. Ibu Prof. Dr. dr. Fauziah Nuraini dan Ibu Dra.Hartati,M.Kes selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan dan petunjuk kepada penulis, sejak proses pengesahan judul sampai dengan skripsi ini selesai.

5. Kepala Dinas Dikpora kota Palembang, serta Ibu kepala sekolah SMP Negeri 53 sako Palembang serta dewan guru yang telah memberikan bantuan kepada penulis pada saat melaksanakan penelitian.
6. Seluruh teman – teman jurusan Penjaskes baik yang Ekstensen maupun yang Reguler, khususnya pada kreatifitas.
7. Yang teristimewakan keluarga Sarjana (istri) Asmawati, serta anak-anakku , Prasetyo Perdana, Ridho Anjasmoro, serta Ratih Asrian Jesty Az'zahra, yang telah memberikan dukungan berupa do'a dan kasih sayang yang tak ternilai harganya.
8. Serta yang tidak terlupakan sebuah sepeda motor yang selalu mengantarkanku kemana saja dan tidak kalah yang tidak pernah mengenal lelah dari awal pembuatan skripsi ini hingga selesai.

Sebagai penulis pemula, penulis menyadari akan segala kekurangan yang terdapat pada tugas akhir skripsi ini, terutama disebabkan keterbatasan waktu dan pengetahuan penulis.

Terlepas dari segala kekurangan yang ada, penulis tetap berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengkajian bidang olahraga dan bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan juga skripsi ini dapat memberikan sumbangan dan ide bagi pembaca.

Palembang, 2012

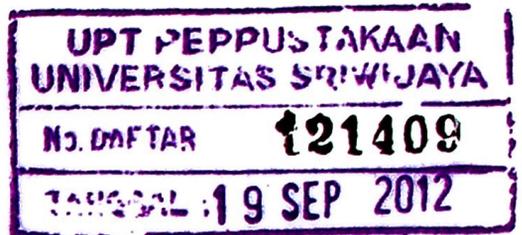
Penulis

S O D E R I
NIM. 56081006074

UCAPAN TERIMA KASIH

Pertama sekali saya mengucapkan puji syukur kehadirat Allah S.W.T. atas segala rahmat dan karunianya sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dalam penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari berbagai macam pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya dan tak terhingga kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Badiyah Perizade, M. BA. selaku rector Universitas Sriwidjaja Palembang.
2. Bapak Prof. Tatang Suhery, M.A.PH.D. selaku Dekan FKIP UNSI
3. Bapak Drs. Waluyo, M.pd. selaku Ketua Program Studi Penjaskes serta seluruh dosen yang telah mengajar dengan penuh kesabaran dan ikhlas semoga ilmu yang diberikan dapat menjadikannya ilmu yang bermanfaat bagi penulis dan dapat diteruskan pada peserta didik.
4. Ibu Prof. Dr. dr. Fauziah Nuraini kurdi dan ibu Hartati, M. Kes. selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan dan petunjuk kepada penulis, sejak proses pengesahan judul sampai dengan skripsi ini selesai.
5. Kepala Dinas Dikpora kota Palembang, ibu Kepala sekolah SMP Negeri 53 Palembang serta dewan guru yang telah memberikan bantuan kepada penulis pada saat melaksanakan penelitian
6. Seluruh teman - teman jurusan Penjaskes baik yang ekstensi maupun yang Reguler, khususnya pada kreatifitas
7. Yang teristimewakan Keluarga sarjana (Istri) Asmawati, serta anak – anakku, Prasetyo Perdana, Ridho Anjasmoro, serta Ratih Asrian Jesty Az.zahra, yang telah memberikan dukungan berupa Do'a dan kasih sayang yang tak ternilai harganya.
8. Serta yang tidak terlupakan sebuah sepeda motor yang selalu mengantarkan ke mana saja dan tidak pernah mengenal lelah dari awal pembuatan skripsi ini hingga selesai.



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
ABSTRAK	vi
Bab I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Rumusan masalah	3
1.5 Tujuan penelitian	4
1.6 Manfaat Penelitian	4
Bab II Tinjauan Pustaka	
2.1 Hakekat strategi pembelajaran	5
2.2 Hakekat Service Forehand	5
2.2.1 Pengertian servis forehand	5
2.2.2 Cara- cara servis forehand	7
2.3 Raket Bulutangkis	10
2.3.1. Pengertian Raket	10
2.3.2. Cara Memegang Raket	11
2.4 Modifikasi	11
2.4.1. Pengertian Modifikasi	11
2.4.2. Tujuan Modifikasi	12
2.5 Kerangka berfikir	12
2.5.1 Hipotesis	13
Bab III Metode Penelitian	
3.1 Jenis Penelitian	14
3.2 Seting Penelitian	14
3.3 Prosedur Penelitian	16
3.3.1 Siklus I	16
3.3.2 Siklus II	18
3.3.3 Teknik Pengumpulan Data	22
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1. Hasil Penelitian	26
4.1.1. Gambaran Lokasi Penelitian	26
4.1.2. Data Awal	26
4.1.3. Data Hasil Penelitian	27
4.1.3.1 Siklus Pertama	27
4.1.3.2 Peningkatan Servis Forehand dalam Permainan Bulutangkis	28
4.1.3.3 Refleksi Siklus Pertama	29
4.1.4.1 Siklus kedua	30
4.1.4.2 Peningkatan Melakukan Servis Forehand	30
4.1.4.3 Refleksi Siklus Kedua	32

4.2. Pembahasan	32
4.2.1. Pembahasan Siklus Satu	32
4.2.1.1 Peningkatan Servis Forehand Bulutangkis.....	32
4.2.2. Pembahasan Siklus kedua.....	34
4.2.2.1 Peningkatan Servis Forehand Bulutangkis.....	34

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan	37
5.2. Saran	37

DAFTAR PUSTAKA.....

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Servis Forehand Pendek.....	6
Gambar 2 Servis Forehand Panjang	7
Gambar 3 Cara Memegang Raket.....	11
Gambar 4 Lapangan dan Net Bulutangkis.....	15
Gambar 5 Raket, Bola, Baju, Celana, Kaos kaki dan Sepatu Bulutangkis.....	15
Gambar 6 Diagram dengan Dua Siklus	15

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Kreteria Penilaian.....	21
Tabel 2 Data Nilai Gerakan servis forehand.....	22
Tabel 3 Data Proses Penilaian	23
Tabel 4 Data Observasi.....	24
Tabel 5 Data Skor Penilaian	25
Tabel 6 Data Distribusi Frekwensi Tes	27

.....// Data Terlampir //.....

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “Upaya meningkatkan kemampuan servis *forehand* menggunakan raket yang dimodifikasi dalam permainan bulutangkis kelas VII SMP Negeri 53 Palembang”. Adapun rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “ Upaya meningkatkan kemampuan servis *forehand* menggunakan raket yang di modifikasi dalam permainan bulutangkis kelas VII SMP Negeri 53 Palembang “. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh raket yang sudah dimodifikasi terhadap kemampuan latihan servis *forehand* siswa kelas VII SMP negeri 53 Palembang dalam permainan bulutangkis.

Jenis penelitian ini adalah tindakan kelas. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP negeri 53 Palembang, Berjumlah 40 siswa yang terdiri dari 24 orang laki-laki dan 16 orang perempuan, hanya 65% yang mencapai nilai 65 keatas (ketuntasan), sedangkan 35% orang siswa masih dibawah ketuntasan nilai. Teknik pengumpulan data menggunakan test kemampuan dan analisa data menggunakan uji normalitas data dan uji t.

Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah bahwa latihan servise *forehand* berpengaruh baik apabila dilakukan dengan menggunakan raket yang sudah dimodifikasi bagi siswa kelas VII SMP negeri 35 Palembang, dinyatakan diterima dengan hasil yang menggembirakan.

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi penggemar olahraga bulutangkis kususnya anak – anak SMP dengan menggunakan raket yang sudah dimodifikasi, Sebagai alternatif bentuk latihan, dan untuk guru olahraga disekolah latihan servis *forehand* dengan menggunakan raket yang sudah dimodifikasi, dapat diterapkan untuk mendapatkan hasil servis *forehand* yang baik tentu harus memperhatikan prinsip – prinsip latihan.

Kata kunci : Raket Modifikasi terhadap kemampuan hasil servis *forehand* siswa kelas VII SMP 53 Palembang.

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bulutangkis adalah salah satu cabang olahraga dengan menggunakan raket dan bola. Olahraga ini berasal dari cina aslinya tetapi orang lebih mengenal olahraga bulutangkis ini dari india . Bulutangkis atau badminton sebelum menjadi olahraga dunia sangat populer di dataran asia, begitu juga di Indonasia olahraga ini sempat menjadi idola rakyat baik anak anak maupun dewasa. Bulutangkis ini juga sempat mengangkat nama Indonesia menjadi Negara nomor 1 untuk cabang olahraga ini di Asia.

Bulutangkis atau badminton juga merupakan sarana pendidikan jasmani bagi peserta didik dalam upaya meningkatkan daya tahan tubuh, kecepatan, kelincahan, kelenturan, semangat dan lain sebagainya. Pembelajaran penjas merupakan salah satu muatan pendidikan dalam segala jenjang tingkatan pendidikan. Selain untuk keseragaman materi pendidikan, juga merupakan salah satu metode pencapaian sasaran pendidikan atau mencapai suatu taraf prestasi tertentu. Hal ini sering ditandai dengan diadakannya kejuaran atau pertandingan mengikut sertakan pelajar dan memperlombakan cabang olahraga untuk pencarian bakat dan bibit atlit bulutangkis.

Prestasi olahraga adalah puncak dari penampilan seorang olahragawan yang dicapai dalam suatu pertandingan. Setelah melalui berbagai macam latihan dan uji coba. Demikian pula para siswa yang telah belajar dan menekuni cabang olahraga bulutangkis, untuk memperoleh prestasi yang maksimal tidak terlepas dari usaha pembinaan. Pembinaan dapat dilakukan dengan cara berlatih secara bertahap dan sistimatik sesuai aturan yang tepat. Cabang olahraga bulutangkis membutuhkan latihan awal yang sangat dibutuhkan salah satunya adalah servis *forehand*. Servis sangatlah penting dalam olahraga bulutangkis untuk itu diperlukan sikap tubuh yang sempurna, kelenturan dan keakuratan dalam memukul bola sehingga dapat menghasilkan servis *forehand* yang baik. Dari pengamatan pada waktu siswa

belajar pendidikan jasmani khususnya materi servis *forehand*, rata rata siswa SMP negeri 53 Palembang dalam melakukang servis masih sangat buruk. Oleh sebab itu untuk mendapatkan hasil yang lebih baik, maka peneliti memberikan latihan servis *forehand* dengan menggunakan raket yang sudah dimodifikasi (raket yang diringankan dan pegangannya lebih kecil) dari yang standar sehingga lebih cocok atau sesuai dengan siswa.

Faktor pencapaian tujuan pendidikan jasmani dipengaruhi oleh factor guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, lingkungan serta social. Faktor-faktor diatas yang satu dengan yang lain saling berkaitan, sehingga harus benar-benar diperhatikan. Salah satu contoh cabang olahraga bulutangkis dalam proses belajar mengajar dikelas VII SMP Negeri 53 Sako Palembang. Peneliti amati masih banyak yang belum bisa pada saat melakukan servis *forehand*, di karenakan raket yang dipakai dalam melakukan servis menggunakan raket yang standar/sebenarnya, kendala siswa yang peneliti lihat, raketnya selalu menyentuh tanah/lantai, pegangan raket sering dimajukan disaat melakukan servis *forehand*, dan juga pada saat mau melakukan servis antara perkenaan reket dengan bola sering tidak kena. Dari data awal yang jumlah siswa 40 orang yang terdiri dari 24 orang laki-laki dan 16 orang perempuan, dari 40 = 100% siswa, hanya 35% siswa yang sudah diatas ketuntasan nilai sedang 65% siswa yang belum mencapai nilai 65 atau dibawah ketuntasan nilai. Maka peneliti timbul ide dengan memodifikasi raket bulutangkis diharapkan siswa dapat melakukan servis *forehand* dan dapat bermain bulutangkis dengan baik, sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar.

Solusi modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru agar proses pebelajaran dapat mencerminkan *Developmentelly Appropriate Practice* (DAP). Esensi modifikasi adalah menganalisis aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya (Samsudin, 2008 : 71). Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pencapaian servis *forehand* dalam olahraga bulutangkis dipengaruhi berbagai aspek dan factor-faktor dalam latihan, antara lain adalah jenis raket yang sudah dimodifikasi, sikap tubuh yang sempurna, kelenturan dan keakuratan pukulan. Bertolak dari latar belakang diatas maka penulis terdorong untuk meneliti “ Upaya meningkatkan pembelajaran servis *forehand*

menggunakan raket yang dimodifikasi dalam permainan bulutangkis kela VII SMP Negeri 53 Sako Palembang “.

Solusi cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang trampil menjadi lebih trampil. Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajarannya yang diberikan guru dari awal hingga akhir pembelajaran. Selanjutnya guru-guru penjas juga harus mengetahui apa saja yang bisa dan harus dimodifikasi serta tahu bagaimana cara memodifikasinya.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, permasalahan yang ada dalam pendidikan beraneka ragam permasalahan tersulit antara lain :

- 1) Banyak siswa yang tidak mampu melakukan servis *forehand*
- 2) Waktu melakukan servis *forehand*, raket sering menyentuh lantai
- 3) Waktu melakukan servis *forehand* pegangan pada raket selalu di majukan

1.3 Pembatasan Masalah

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih rinci mengenai ruang lingkup penelitian maka perlu diberi batasan masalah yang sesuai dengan masalah yang ada dalam penelitian ini. Telah disebutkan diatas bahwa peserta didik dalam pembelajaran bulutangkis tidak mampu melakukan servis *forehand* dengan raket biasa atau tanpa raket yang dipendekkan atau dimodifikasi (raket yang diringankan dan pegangannya lebih kecil). Banyak cara dan upaya yang dilakukan oleh sekolah maupun guru pendidikan jasmani untuk mengatasi permasalahan tersebut seperti mengadakan modifikasi raket biasa menjadi raket yang lebih pendek, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah Apakah dengan raket yang sudah dimodifikasi (raket yang diringankan dan pegangannya lebih kecil) anak mampu atau dapat melakukan servis *forehand* dengan baik dan benar di SMP Negeri 53, Kecamatan Sako Kota Palembang.

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan servis *forehand* menggunakan raket yang sudah dimodifikasi (raket yang diringankan dan pegangannya lebih kecil) peserta didik SMP Negeri 53 Palembang dalam pembelajaran bulutangkis yang terutama melakukan servis *forehand* dengan raket biasa dan berapa tingkat keberhasilan peserta didik SMP Negeri 53 Palembang dalam melakukan servis *forehand* dengan raket yang sudah dimodifikasi (raket yang diringankan dan pegangannya lebih kecil).

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian adalah sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi kontribusi bagi guru pendidikan jasmani dalam ruang lingkup SMP di Kecamatan Sako Palembang, dalam mengatasi permasalahan dan dalam pembelajaran bulutangkis.

1.6.2 Manfaat Praktis

Sebagai bahan pertimbangan bagi SMP di Kecamatan Sako Palembang, untuk menggunakan raket modifikasi untuk menunjang keberhasilan dalam pembelajaran bulutangkis.

DAFTAR PUSTAKA

- Tahir. 2001-21. *Susunan Besar. PB. PBSI. (tujuan forehand hal-4)*
- Gilang. 2007:20. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.(cara-cara forehand hal-5)*
- Sten. 1988:224 *Hakekat Pembelajaran (strategi pembelajaran hal-5)*
- Http: // de-wikipedia. Org / wiki / Badminton. 2010.
- Ivannale. 2001:7. *Susunan Besar. PB. PBSI.(Pengertian raket hal-8)*
- Muhajir. 2004:54. *Bugar Jasmaniku,CV.Erlangga. (cara memegang raket hal-9)*
- Mas'ud, 2009. " *Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan (PAILKEM)*", (Online), (WWW.Sekolahku.info.diakses 23Desember 2011).
- Icu, 2002. *Total Badminton.CV. Setyaki Eka Anugrah (cara-cara servis forehand hal-5).*
- Asutisna, 2006:100. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.(servis forehand hal-4).*
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.(tujuan modifikasi hal-10).*
- Karli, 2009:2 *Memecah masalah dan menanam sikap cinta lingkungan*
- Samsudin (2008: 72) *Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (tujuan modifikasi hal-10).*
- Drs. Herman, M.S. 2001 *Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Departemen pindidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah dengan Diektorat Jendral Olahraga.*
- Lutan, 2000. *Belajar Keerampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode, Dirjen DIKTI P2-LPTK*