

**PENGARUH LATIHAN PUKULAN KIRI KE DINDING TERHADAP  
PENINGKATAN HASIL *DRIVE BACKHAND* (PUKULAN DATAR KIRI)  
BULUTANGKIS PADA SISWA PUTRA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER  
SMA NEGERI 6 PALEMBANG**

**OLEH:**

**JONI TRISSETIAWAN**

**NOMOR INDUK MAHASISWA 06091406064**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

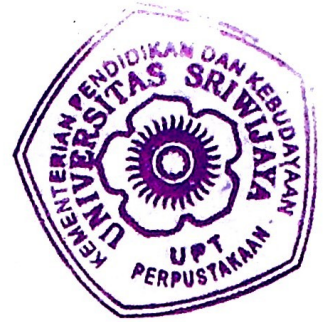
**PALEMBANG**

**2013**



2.24951/25512

S.  
796.342.2207.  
Joni  
P  
2013  
C. 140895



**PENGARUH LATIHAN PUKULAN KIRI KE DINDING TERHADAP  
PENINGKATAN HASIL *DRIVE BACKHAND* (PUKULAN DATAR KIRI)  
BULUTANGKIS PADA SISWA PUTRA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER  
SMA NEGERI 6 PALEMBANG**

**OLEH:**

**JONI TRISETIAWAN**

**NOMOR INDUK MAHASISWA 06091406064**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**PALEMBANG**

**2013**

**PENGARUH LATIHAN PUKULAN KIRI KE DINDING TERHADAP  
PENINGKATAN HASIL *DRIVE BACKHAND* (PUKULAN DATAR KIRI)  
BULUTANGKIS PADA SISWA PUTRA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER  
SMA NEGRI 6 PALEMBANG**

**Skripsi Oleh:**

**JONI TRISSETIAWAN**

**NIM. 06091406064**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Di Setujui :**

**Sebagai Skripsi Program Strata 1**

**Pembimbing I**



**Drs. Syafaruddin, M.Kes.**  
**NIP. 195909051987031004**

**Pembimbing II**



**Dra. Marsiyem, M.Kes.**  
**NIP. 195312121982032001**

**Disahkan**

**Ketua Pelaksana Kampus Palembang**



**Dr. Sukirno**

**NIP. 195508101983031005**

**Skripsi Ini Telah Diujikan dan Lulus pada :**

**Hari : Selasa**

**Tanggal : 19 November 2013**

**Tim penguji :**

**1. Ketua : Drs. Syafaruddin, M.Kes**

.....

**2. Sekretaris : Dra. Marsiyem, M.Kes**

.....

**3. Anggota : Dr. Hartati, M.Kes**

.....


**4. Anggota : Drs. Maskur A., M.Kes**

.....

**5. Anggota : Drs. Syamsu Ramel, M.Kes**

.....

**Palembang, 6 Desember 2013**  
**Disetujui oleh**  
**Ketua Program Studi**  
**Pend. Jasmani dan Kesehatan**

  
**Drs. Waluyo, M. Pd**  
**NIP. 195601241984031001**



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Joni Trisetiawan

NIM : 06091406064

Program Studi : Pendidikan jasmani dan kesehatan

Dengan ini saya nyatakan bahwa skripsi dengan judul “PENGARUH LATIHAN PUKULAN KIRI KE DINDING TERHADAP PENINGKATAN HASIL *DRIVE BACKHAND* (PUKULAN DATAR KIRI) BULUTANGKIS PADA SISWA PUTRA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 6 PALEMBANG” ini seluruh isinya adalah dengan benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran dan atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Palembang, 6 Desember 2013  
Yang Membuat Pernyataan



Joni Trisetiawan  
NIM 06091406064

***Kupersembahkan kepada :***

- *Tuntunanku Nabi besar Muhammad SAW.*
- *Kedua orang tuaku tercinta, Ayahandaku Khoiri (Alm) dan Ibundaku Nurhasanah yang tak henti-hentinya selalu ada dan mendukungku disetiap waktuku melangkah. Terima kasih atas do'a dan kasih sayang yang kalian berikan.*
- *Kakakku Herdiansyah, yang telah membantu baik materil dan pemikiran serta dukungan yang tak henti-hentinya kepadaku untuk dapat menyelesaikan tugas akhir ini.*
- *Adik-adikku Amri Putra Pratama, Dea Ramadhani Putri, Sucia Okja, Antyas, Anteti dan Karim Benzema yang selalu memberikanku semangat dan keceriaan kepadaku.*
- *Yang terkasih Antika Andriani AM.Keb. yang tak henti-hentinya memberikanku semangat, do'a serta dukungan dalam menjalani perkuliahan serta menyelesaikan skripsi ini hingga aku dapat mencapai cita-citaku.*
- *Saudara-saudaraku dan seluruh keluarga besarku tercinta. Terima kasih atas motivasi & semangat kalian.*
- *Semua Guru dan Dosenku yang telah berjasa dalam mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepadaku dengan tulus tanpa pamrih. Terima kasih, semoga Allah SWT selalu memuliakan kalian.*
- *Sahabat-sahabatku, Zulkarnain, Meilani BR Saragih, margi asih, ferry, dewi sriana, juliawan syahputra, lidra, susilo, agil, putri, ridho, prima, teguh, abu, feri andika, fahmi, taupik, M.adam, fajar, ameng, mitra yudha ningrat, mas agus, edi saputra, zubaeda, kak notok tanpa kalian hidupku takkan berwarna. Persahabatan kita jangan sampai terputus oleh jarak dan waktu, bagiku kalian bukan hanya sekedar teman tapi adalah keluagra bagiku. Semoga kita semua menjadi orang yang berhasil, Amin...*



- *Semua teman-teman seperjuanganku Penjaskes 2009 yang selalu menemaniku baik suka maupun duka yang telah memberikan motivasi diriku dalam mengenal arti kekeluargaan, dan adik-adik tingkat Penjaskes 2010-2013, tetap jaga kekompakan kita sampai kapanpun.*
- *Drs. Syafaruddin, M.Kes. dan Dra. Marsiyem, M.Kes. selaku pembimbingku yang tak henti-hentinya dan tak letih-letihnya selalu memberikan masukan-masukan dalam proses penyelesaian skripsi ini.*
- *Dosen-dosen yang telah memberikan tuntunan dan ilmu buat bekal dalam diriku untuk menerapkan dan mengamalkan segala ilmu yang telah ku dapat dalam perkuliahan, semoga ilmu yang saya dapat ini dapat saya amalkan dengan sebaik-baiknya kepa anak didikku kelak.*
- *Semua orang yang mencintai dan menyayangiku serta yang mendukungku tanpa henti.*
- *Almamaterku*

**Motto:**

- ❖ *Tidak ada yang terbaik selain melakukan yang terbaik*
- ❖ *Lebih baik gagal dalam mencoba dari pada berhasil tapi tidak melakukan apapun, karena kegagalan adalah keberhasilan yang tertunda*
- ❖ *Agama tanpa ilmu adalah buta dan ilmu tanpa agama adalah lumpuh*
- ❖ *Ya Allah, sesungguhnya hamba meminta kepada-Mu ilmu yang halal dan bermanfaat, rezeki yang halal dan amalan yang diterima. (HR. At-Tarmidzi dan Ibnu Majah)*

**“ONE FOR ALL, ALL FOR ONE”  
“SATU UNTUK SEMUA, SEMUA UNTUK SATU”**

## UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A sebagai Rektor Unsri, kepada Bapak Sofendi, M.A., Ph.D selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya, dan Bapak Drs. Waluyo, M. Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Drs. Syafaruddin, M.Kes. dan Dra. Marsiyem, M.Kes. sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Drs.H.Pujiono Rahayu, MM selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 6 Palembang dan Bapak H.Slamet, S.Pd selaku guru Penjaskes SMA Negeri 6 Palembang yang telah banyak memberikan bantuan dan kemudahan dalam pelaksanaan penelitian ini. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Palembang, 6 Desember 2013

Penulis,



Joni Trisetiawan



## DAFTAR ISI

	Halaman
SURAT PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasih Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Rumusan Masalah.....	3
1.5 Tujuan Penelitian .....	4
1.6 Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1.Hakekat <i>Bulutangkis</i> .....	5
2.1.1 Pukulan Datar ( <i>Drive</i> ) .....	5
2.1.2 Pukulan Datar Kiri ( <i>Drive Backhand</i> ) .....	6
2.1.3 Upaya Perbaikan Pukulan Datar ( <i>Drive</i> ).....	7
2.2.Hakekat Latihan.....	7
2.2.1 Prinsip-prinsip Latihan .....	8

2.2.2 Tujuan Latihan.....	9
2.2.3 Aspek-aspek Latihan .....	9
2.3.Hakekat Ekstrakurikuler.....	11
2.3.1 Tujuan Ekstrakurikuler .....	11
2.4.Sarana dan prasarana permainan Bulutangkis.....	11
2.4.1 Lapangan permainan.....	11
2.4.2 Shuttlecock.....	12
2.4.3 Net / Jaring.....	13
2.4.4 Raket .....	13
2.5. Latihan Pukulan Kiri ke Dinding .....	13
2.6. Otot pendukung Pukulan Kiri ke Dinding dan Pukulan Datar Cepat.....	14
2.7. Kerangka berfikir.....	20
2.8. Hipotesis.....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
3.1 Jenis Penelitian.....	22
3.2 Tempat dan penelitian .....	22
3.3 Variabel penelitian .....	23
3.3.1 Variabel bebas ( X ).....	23
3.3.2. Variabel kendali.....	23
3.4 Definisi opsional variabel.....	23
3.5 Populasi dan Sample .....	25
3.5.1 Populasi .....	25
3.5.2 Sample .....	25
3.6 Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data .....	27
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data .....	27
3.6.2. Teknik Analisis Data .....	28
3.7. Program Latihan .....	33



<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	34
4.1.1 Keadaan Tempat Penelitian .....	34
4.1.2 Karakteristik Sampel .....	35
4.1.3 Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest Tentang Pukulan Backhand Drive Kelompok Eksperimen.....	35
4.1.4 Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest Tentang Pukulan Backhand Drive Kelompok Kontrol.....	39
4.1.5 Uji Homogenitas.....	43
4.1.6 Uji Hipotesis.....	44
4.1.7 Perbedaan Pengaruh <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	47
4.2 Pembahasan .....	49
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	 <b>53</b>
5.1 Kesimpulan .....	53
5.2 Saran .....	53
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	 <b>56</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Pengelompokan Sample dengan cara Ordinal Pairing .....	25
2 Jumlah Sampel Dalam Penelitian .....	34
3 Tabel Distribusi Frekuensi <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen.....	35
4 Tabel Distribusi Frekuensi <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	37
5 Tabel Distribusi Frekuensi <i>Pretest</i> Kelompok Kontrol.....	39
6 Tabel Distribusi Frekuensi <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol .....	41
7 Harga – harga yang diperlukan untuk Uji Homogenitas.....	43
8 Beda <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	45
9 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> ketepatan pasing .....	49
10 Pretses dan posttest kelompok eksperimen dan kontrol .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Lapangan permainan Bulutangkis.....	12
2 Shuttlecock .....	12
3 Raket Bulutangkis .....	13
4 Peragaan pukulan kiri kedinding .....	14
5 Pukulan kiri datar cepat melalui atas net .....	15
6 Otot Deltoid.....	15
7 Otot Pectoralis mayor.....	16
8 Otot Latissimus Dorsi .....	16
9 Otot Biceps Brachii .....	17
10 Otot Triceps Brachii .....	17
11 otot pronator quadrates .....	18
12 otot m.supinator .....	18
13 otot palmaris longus . .....	19
14 otot ekstensor digitorum .....	19
15 otot-otot penggerak lengan bawah, pergelangan tangan, dan jari .....	20
16 Desain Penelitian .....	22
17 Bidang datar dinding sasaran pukulan kiri ke dinding .....	24
18 Pretest Kelompok Eksperimen .....	36
19 Posttest Kelompok Eksperimen . .....	38
20 Pretest Kelompok Kontrol .....	40
21 Posttest Kelompok Kontrol .....	42
22 Perbedaan Pengaruh Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	49



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Daftar Riwayat Hidup .....	58
2. Usul Judul Skripsi .....	59
3. Surat Persetujuan Proposal Untuk Diseminarkan . .....	60
4. Surat Telah Diseminarkan .....	61
5. Persetujuan Perbaikan Proposal .....	62
6. Surat Permohonan SK Pembimbing Skripsi . .....	63
7. Surat SK Pembimbing Skripsi .....	64
8. Surat Permohonan Izin Penelitian .....	65
9. Surat Izin Penelitian FKIP .....	66
10. Surat Izin Penelitian DIKNAS . .....	67
11. Surat Keterangan Selesai Penelitian di SMA N 6 Palembang . .....	68
12. Kegiatan Latihan . .....	69
13. Dokumentasi Penelitian .....	73
14. Tabel Harga Distribusi t . .....	80
15. Tabel Harga Chi Kuadrat . .....	81
16. Persetujuan Sidang .....	82
17. Kartu Bimbingan . .....	83

## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Latihan Pukulan Kiri ke Dinding Terhadap Peningkatan Hasil Drive Backhand (Pukulan Datar Kiri) Bulutangkis Pada Siswa Putra Kegiatan Ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang”. Dalam penelitian ini permasalahan yang ingin dilihat adalah adakah pengaruh latihan pukulan kiri ke dinding terhadap peningkatan hasil drive backhand dan seberapa besar pengaruh latihan pukulan kiri ke dinding pada siswa putra kegiatan ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya Pengaruh Latihan Pukulan Kiri ke Dinding Terhadap Peningkatan Hasil Drive Backhand (Pukulan Datar Kiri) Bulutangkis Pada Siswa Putra Kegiatan Ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen murni (true experimental research). Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh yang cukup signifikan antara latihan pukulan kiri ke dinding terhadap peningkatan hasil drive backhand pada siswa putra kegiatan ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa putra ekstrakurikuler bulutangkis SMA Negeri 6 Palembang yang berjumlah 60 siswa dan diambil seluruhnya untuk populasi untuk dijadikan sampel penelitian dengan cara ordinal pairing yaitu 30 siswa menjadi kelompok eksperimen yang diberi perlakuan latihan pukulan kiri ke dinding dan 30 siswa lainnya menjadi kelompok control yang tidak diberi perlakuan. Setelah diberi perlakuan selama 6 minggu dengan frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu ternyata kelompok eksperimen mengalami kenaikan yang cukup signifikan yang semula 17 naik hingga 26,67. Berdasarkan analisis data dengan cara statistic uji t dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  didapat  $t_{hitung} = 1,824$  dan  $t_{table} = 1,771$  dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima kebenarannya, bahwa latihan pukulan kiri ke dinding berpengaruh terhadap hasil drive backhand bulutangkis pada siswa putra kegiatan ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang.

**Kata kunci : Latihan, Pukulan Kiri ke Dinding dan Hasil Drive Backhand (pukulan datar kiri).**



## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak dilakukan masyarakat kota Palembang, sehingga banyaknya event pertandingan bulutangkis yang sering di adakan baik pertandingan antar klub bulutangkis, antar kecamatan, antar kelurahan, bahkan antar pelajar dan mahasiswa yang ada di kota Palembang. Dari pertandingan tersebut munculnya persaingan untuk menjadi pemain bulutangkis yang terbaik.

Bagi seorang pelajar untuk menjadi pemain bulutangkis yang baik harus melakukan latihan yang sistematis, kontinyu, terprogram, dan bermotivasi tinggi. Menurut Tony Grice (2004: 5), bahwa untuk menjadi pemain bulutangkis yang baik, seseorang harus menguasai teknik dasar dalam permainan bulutangkis seperti *service, drive forehand, drive backhand, lob, dan smash*. *Drive* merupakan suatu keterampilan pukulan bola datar yang paling mendasar, biasanya disebut dengan *drive forehand* dan *drive backhand*.

Pukulan *drive backhand* (pukulan bola datar kiri) merupakan teknik dasar bulutangkis yang belum sepenuhnya dikuasai siswa atau pelajar, sehingga pengembangan pola permainan belum begitu maksimal, seperti pada tingkat SMA (Sekolah Menengah Atas) masih banyak siswa yang belum tepat dan benar dalam melakukan *drive backhand* dan teknik dasar lainnya.

Pukulam kiri ke dinding yaitu pukulan yang dilakukan dari arah bagian kiri badan atau yang di sebut dengan backhand, pukulan ini hampir sama dengan forehand drive. Kaki kanan di muka (biasanya setelah melakukan langkah panjang) dan raket d tarik kebelakang tubuh anda, bahu kanan menunjuk kearah jaring pada sat posisi ini dilakukan. Siku memegang peranan penting dalam melakukan pukulan ini, siku di tekuk dan menunjuk ke arah datangnya bola. Pergelangan tangan teracung dan telapak tangan menghadap permukaan lantai. Pada saat bola di sentuh terjadi hal-hal,



1. Berat badan berpindah ke arah kanan, 2. Tubuh berputar ke arah jaring, 3. Lengan terentang lurus, dan 4. Akan terjadi gerak putar lengan bawah dan pergelangan tangan ke arah luar untuk mendapatkan pengaturan waktu dan tenaga yang maksimal. Menurut James Poole (2011, 57)

Begitu juga dengan temuan penulis di lapangan pada kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis pada SMA Negeri 6 Palembang, bahwa pada saat pelaksanaan latihan yang diikuti oleh 40 orang siswa ternyata hanya 50% orang atau hanya 20 orang saja yang bisa melakukan teknik *drive backhand* (pukulan datar kiri) dengan baik. Hal ini disebabkan karena arah badan dan tumpuan kaki siswa tersebut yang masih belum benar yang mengakibatkan arah bola tidak kembali dengan sempurna pada permainan lawan. Kurangnya penerapan metode praktik bulutangkis khususnya teknik dasar *drive backhand* (pukulan datar kiri) yang sistematis dan kontinyu juga salah satu penyebab terjadinya kesalahan tersebut, akibatnya masih banyak siswa yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan tentang teknik pukulan datar kiri yang baik dan benar.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *drive backhand* (pukulan datar kiri), yaitu dengan melatih secara sistematis, kontinyu, dan terprogram melalui berbagai bentuk latihan yang tepat. Begitu juga dengan pendapat Tony Grice (2004: 99), bahwa untuk meningkatkan kemampuan *drive backhand* (pukulan datar kiri) dapat dilakukan dengan memberikan latihan sebanyak mungkin seperti latihan pukulan bola ke dinding atau tembok dengan bidang datar, dan bentuk latihannya adalah pukulan kiri ke dinding.

Pukulan kiri ke dinding yang dimaksud dalam latihan ini adalah orang coba atau siswa putra ekstrakurikuler bulutangkis melakukan gerakan memukul bola pada arah kiri tubuh secara datar ke arah dinding dalam waktu tak terbatas atau selama mungkin, dan pukulan kiri ke dinding itu disebut dengan latihan *drive backhand training* (latihan pukulan datar kiri).

Berdasarkan temuan tersebut di atas, penulis berkeinginan untuk meneliti yaitu melihat, menilai, dan mengukur apakah ada Pengaruh latihan pukulan kiri ke

dinding terhadap peningkatan hasil *drive backhand* bulutangkis pada siswa putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang.

Maka penelitian ini penulis beri judul “Pengaruh Latihan Pukulan Kiri Ke Dinding Terhadap Peningkatan Hasil *Drive Backhand* (Pukulan datar kiri) Bulutangkis Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah di atas, dapat penulis identifikasi beberapa masalahnya seperti berikut:

- 1.2.1. 50% siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis, belum dapat melakukan pukulan datar kiri (*drive backhand*) dengan baik dan benar.
- 1.2.2. kurangnya penerapan metode praktik bulutangkis khususnya teknik dasar pukulan datar kiri (*drive backhand*) yang sistematis dan kontinyu.
- 1.2.3. Masih ada arah badan dan tumpuan kaki siswa yang masih belum benar yang dalam melakukan pukulan datar kiri (*drive backhand*).

## 1.3. Batasan Masalah

Penelitian ini dibatasi hanya pada pengaruh latihan pukulan kiri ke dinding terhadap peningkatan hasil *drive backhand* (pukulan datar kiri) bulutangkis pada siswa putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang.

## 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas, dapat penulis rumuskan masalahnya yaitu: “Adakah Pengaruh Latihan Pukulan Kiri Ke Dinding Terhadap Peningkatan Hasil *Drive Backhand* (Pukulan Datar Kiri) Bulutangkis Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang?”

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Latihan Pukulan Kiri Ke Dinding Terhadap Peningkatan Hasil *Drive Backhand* (Pukulan Datar Kiri) Bulutangkis Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Palembang.

### **1.6. Manfaat Penelitian**

Setelah pelaksanaan penelitian dan temuan hasil penelitian, maka penelitian ini diharapkan memiliki beberapa manfaat antara lain:

- 1.6.1. Sebagai pengetahuan yang lebih baik lagi bagi siswa bagaimana melakukan pukulan backhand drive dengan baik dan tepat.
- 1.6.2. Sebagai bahan ajar bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan
- 1.6.3. Sebagai panduan dan acuan bagi sekolah untuk memasukan kedalam kegiatan pembelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hermawan Aksan. 2012. *Mahir Bulutangkis*. Bandung: Penerbit Nuansa Cendikia.
- IG Ngurah N, 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar. Udayana University Press.
- James Poole. 2011. *Belajar Bulutangkis*. Bandung: Penerbit Pionir Jaya.
- Junusul Hairy. 1989. *Fisiologi Olahraga Jilid 1*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan kebudayaan.
- Maskur. 2007. *Kinesiologi Olahraga; Bahan ajar*. Palembang. Universitas Sriwijaya.
2009. *Permainan Bulutangkis; Bahan ajar*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani, prinsip-prinsip dan penerapannya*. Palembang: Departemen Pendidikan Nasional
- Tony Grace. 2004. *Bulutangkis; Petunjuk praktis untuk pemula dan lanjut*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tony Erlangga. 2010. *Rangkuman Pengetahuan Penjasa Orkes*. Solo: CV Beringin.
- Sajoto, Mochamad. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sudarno SP. 1992. *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. Palembang: Departemen Kependidikan dan Kebudayaan.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Suharsimi A., 2010. *Prosedur Penelitian; Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Soekardjo S, 1988. *Evaluasi Hasil Belajar Dalam Bidang Keolahragaan*. Surabaya: IKIP Surabaya.
- Soekarman. 1987. *Dasar Olahraga Untuk Pembina Pelatih dan Atlet*. Jakarta: PT Inti Idayu Press.
- Zainuddin, M. 1980. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Universitas Airlangga.