

RINGKASAN

SUDARMOKO DIGUNA, Hubungan antara Kelentukan Togok dan Koordinasi Mata dan Tangan Terhadap Ketepatan Pukulan *Round The Head Drop Shot* Pada Atlet Kuliah Olahraga Prestasi (KOP) Bulutangkis FIK Universitas Negeri Jakarta, Skripsi, Jakarta, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Juni 2014.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui (1) Hubungan antara kelentukan togok (X_1) dengan ketepatan pukulan *round the head drop shot* (Y), (2) Hubungan antara koordinasi mata dan tangan (X_2) terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* (Y), (3) Hubungan antara kelentukan togok (X_1) dan koordinasi mata dan tangan (X_2) secara bersama terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* (Y).

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2014 di Hall A Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan analisis korelasi dan regresi. Populasi berjumlah 30 orang dengan menggunakan *total sampling*. Pengambilan data tes kelentukan togok menggunakan alat ukur *Trunk Extension Meter*. Untuk tes koordinasi mata dan tangan menggunakan alat ukur tes koordinasi mata dan tangan. Sedangkan untuk tes ketepatan pukulan *round the head drop shot* menggunakan alat ukur *drop shot test*. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah dengan tehnik korelasi sederhana dan regresi ganda dan dilanjutkan dengan uji t pada taraf signifikansi α 0,05.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa (1) Terdapat hubungan yang berarti antara kelentukan togok (X_1) terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* (Y) yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi $r_{y_1} = 0,61$ ($\alpha = 0,05$) dan koefisien determinasi = 0,37 yang berarti jumlah sumbangannya adalah 37%. (2) Terdapat hubungan yang berarti antara koordinasi mata dan

tangan (X_2) terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* (Y) yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi $r_{y_2} = 0,38$ ($\alpha = 0,05$) dan koefisien determinasi = 0,14 yang berarti jumlah sumbangannya adalah 14%. (3) Terdapat hubungan yang berarti antara kelentukan (X_1) dan koordinasi mata dan tangan (X_2) terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* (Y) yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi $r_{y_{12}} = 0,8$ ($\alpha = 0,05$) dan koefisien determinasi = 0,64 yang berarti jumlah sumbangannya adalah 64%.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah atas kehadiran dan nikmat karunia Allah SWT atas segala yang telah diberikan oleh-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Peneliti dalam skripsi ini membahas tentang hubungan antara kelentukan togok dan koordinasi mata, dan tangan terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot*.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan atas bantuan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak Dr. Abdul Sukur, M. Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Bapak Tirta Apriyanto, M.Si selaku Ketua Jurusan Olahraga Prestasi, Ibu Dr. Ika Novitaria, SE, M. Si selaku Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan , Bapak hendro Wardoyo, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Olahraga Prestasi, Bapak Ari Subarkah selaku Pembimbing I, dan Bapak Dr. Yasep Setiakarnawijaya, S.KM, M. Kes selaku Pembimbing II, dan Bapak Drs. Endang Darajat, M.KM selaku pembimbing akademik yang tak pernah berhenti untuk memberikan masukan-masukan yang berarti dalam pembuatan skripsi ini. Terimakasih juga peneliti haturkan kepada orang tua, Bapak Untung Gunadi, Ibu Darsuti, Adik Pamuji, teman-teman, sahabat Mahendra Agus Senja dan tim KOP bulutangkis yang sangat membantu peneliti, mengingatkan, memacu dan memotivasi peneliti untuk segera menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua, amin

Jakarta, Juni 2014

peneliti

DAFTAR ISI

	Hal
RINGKASAN	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Penelitian	6
BAB II PENYUSUNAN KERANGKA TEORI, KERANGKA BERPIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Teori	7
1. Hakikat Kelentukan Togok	7
2. Koordinasi Mata dan Tangan	11
3. Ketepatan Pukulan <i>Round The Head Drop Shot</i>	15
B. Kerangka Berpikir	21
C. Pengajuan Hipotesis	23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian	24
B. Waktu dan Tempat Penelitian	24
C. Metode Penelitian	25
D. Variable Penelitian	25
E. Populasi dan Tehnik Pengambilan Sample	26
F. Instrumen Penelitian	26
G. Tehnik Pengumpulan Data	27
H. Tehnik Analisa Data	27
I. Hipotesis Statistik	31

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	32
B. Pengujian Hipotesis	35

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	39
B. Saran	39

DAFTAR PUSTAKA	41
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN-LAMPIRAN	42
--------------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Bagan Kontrol Motorik	13
Gambar 2. Posisi Gerakan Pukulan <i>Round The Head Drop Shot</i>	19
Gambar 3. Posisi Gerakan Pukulan <i>Round The Head Drop Shot</i> dengan Melompat	20
Gambar 4. Diagram Konstelasi antara Kelentukan, Koordinasi Mata dan Tangan dan Ketepatan Pukulan <i>Round The Head Drop Shot</i> ...	25
Gambar 5. Alat Trunk Extension Meter	27
Gambar 6. Lapangan Tes Koordinasi Mata dan Tangan	28
Gambar 7. Lapangan <i>Drop Shot Test</i>	29
Gambar 8. Grafik Histogram Data Kelentukan Togok (X_1)	33
Gambar 9. Grafik Histogram Data Koordinasi Mata dan Tangan (X_2)	34
Gambar 10. Grafik Histogram data Ketepatan Pukulan <i>Round The Head</i> <i>Drop Shot</i> (Y)	35
Gambar 11. Alat tes kelentukan togok	45
Gambar 12. Pelaksanaan Tes Penelitian (Tes Kelentukan Togok)	45
Gambar 13. Pelaksanaan Tes Penelitian (Tes Koordinasi, memantulkan Bola ke tembok)	47
Gambar 14 Lapangan tes <i>Drop Shot Tes</i>	49
Gambar 15. Pelaksanaan Tes Penelitian (Tes Kelentukan Togok)	51
Gambar 16. Pelaksanaan Tes Penelitian tes koordinasi Mata dan Tangan	52
Gambar 17. Pelaksanaan Penelitian tes Ketepatan Pukulan <i>Round The</i> <i>Head Drop Shot</i>	51
Gambar 18. Lapangan Tes Ketepatan Pukulan <i>Round The Head Drop</i> <i>Shot</i>	51
Gambar 19 Pelaksanaan Tes Penelitian (Peserta Tes Penelitian	

Mahasiswa KOP Bulutangkis FIK UNJ)	52
--	----

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Distribusi frekuensi X_1 kelentukan togok	33
Tabel 2. Distribusi frekuensi X_2 koordinasi mata dan tangan	34
Tabel 3. Distribusi Y ketepatan pukulan <i>round the head drop shot</i>	35
Tabel 4. Uji keberhasilan koefisien korelasi X_1 terhadap Y	36
Tabel 5. Uji Keberhasilan Koefisien Korelasi X_2 terhadap Y	37
Tabel 6. Uji keberhasilan koefisien korelasi X_1 dan X_2 terhadap Y.....	39
Tabel 7. Daftar Hasil Tes Kelentukan Togok.....	53
Tabel 8. Daftar Hasil Tes Koordinasi Mata dan Tangan	54
Tabel 9. Daftar Hasil Tes Ketepatan Pukulan <i>Round The Head Drop Shot</i>	55
Tabel 10. Distribusi Hasil Tes Menjadi T-Skor	56
Tabel 11. Penghitungan Regresi Y atas X_1 dan X_2	57

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes	41
Lampiran 2. Lembar hasil Tes	48
Lampiran 3. Foto Pelaksanaan Penelitian	49
Lampiran 4. Daftar Hasil Tes Kelentukan Togok.....	52
Lampiran 5. Daftar Hasil Tes Koordinasi Mata dan Tangan	53
Lampiran 6. Daftar Hasil Tes Ketepatan Pukulan <i>Round The Head</i> <i>Drop Shot</i>	54
Lampiran 7. Distribusi Hasil Tes Menjadi T - Skor	55
Lampiran 8. Tabel Penghitungan Regresi Y atas X_1 dan X_2	56
Lampiran 9. Penghitungan Persamaan Regresi	57
Lampiran 10. Penghitungan Koefisien Korelasi Uji Keberartian Koefisien Korelasi	64
Lampiran 11. Tabel Uji t	69
Lampiran 12. Surat Keterangan Penelitian dari Fakultas	70
Lampiran 13. Surat Keterangan Penelitian klub Bulutangkis FIK UNJ	71