

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SMASH* BULUTANGKIS
UNTUK PEMAIN PEMULA**



Disertasi Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Mendapatkan Gelar Doktor

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2022

THE DEVELOPMENT OF BADMINTON SMASH TRAINING MODEL

ASRORI YUDHA PRAWIRA

asroriyudhaprawira_7217140055@mhs.unj.ac.id

ABSTRACT

The development of science and technology is an important thing in increasing resources, especially in the field of sports. The use of proper training model can help coach in conveying the training material, including badminton smash. This study aimed to produce a badminton smash training model for beginner athletes. This study used research and development methods (R&D) of Borg and Gall. The subjects of this study were 30 beginner athletes in PB. Jaya Raya Jakarta, with purposive sampling technique.

The comparison obtained from the results of the initial and final tests has increased, before giving the treatment an average value of 19.87 and after giving the treatment in the form of a game-based smash training model an average of 34.53 means that the average value of the smash of the beginner athlete who is the subject there is an increase. From the results obtained, it can be concluded that: (1) The badminton smash training model for novice athletes was developed in the form of 32 kinds of game-based exercises in the form of a book accompanied by pictures with explanations of the concept of smash skills training which contained objectives, procedures, training programs and equipment needed in general. systematic reference to be used as a reference for beginner athletes, (2) The game-based training model that is applied can improve badminton smash skills and is effective for improving the smash skills of beginner athletes. The effectiveness indicator is determined by calculating the N-gain with the "high" category or the effectiveness interpretation category in the form of "effective".

Based on the results of the pretest and posttest, it obtained significant results in improving smash skills in badminton. Therefore, it can be concluded that badminton smash training model for beginner athletes was effective and can improve the results of badminton smash skills.

Keywords: training, smash, athletes, badminton, development

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SMASH BULUTANGKIS UNTUK PEMAIN PEMULA

ASRORI YUDHA PRAWIRA
asroriyudhaprawira_7217140055@mhs.unj.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan ilmu dan teknologi suatu hal yang penting dalam meningkatkan sumber daya, khususnya dalam bidang olahraga. Penggunaan model latihan yang tepat dapat membantu pelatih dalam menyampaikan materi latihan, termasuk pukulan smash bulutangkis. Penelitian bertujuan untuk menghasilkan model latihan smash bulutangkis dengan permainan untuk atlet pemula. Penelitian menggunakan metode *research and development* (R&D) dari *Borg and Gall*. Subjek penelitian adalah 30 atlet pemula di PB. Jaya Raya Jakarta, dengan teknik *purposive sampling*.

Perbandingan yang diperoleh dari hasil tes awal dan akhir mengalami peningkatan, sebelum memberikan perlakuan memperoleh nilai rata-rata 19.87 dan setelah memberikan perlakuan yakni berupa model latihan smash rata-rata 34.53 artinya bahwa nilai rata-rata smash atlet pemula yang menjadi subjek ada peningkatan. Dari hasil yang didapat dapat disimpulkan bahwasannya : (1) Model latihan *smash* bulutangkis untuk atlet pemula yang dikembangkan berupa 32 macam latihan dalam berbentuk buku disertai gambar dengan penjelasan konsep latihan keterampilan smash yang memuat tujuan, prosedur, program latihan dan perlengkapan yang dibutuhkan secara sistematis untuk dijadikan referensi atlet pemula, (2) Model latihan yang diterapkan dapat meningkatkan keterampilan *smash* bulutangkis dan efektif untuk meningkatkan keterampilan *smash* atlet pemula. Adapun indikator efektifitas ditentukan dengan hitungan N-gain dengan kategori “tinggi” atau kategori tafsiran efektifitas berupa “efektif”.

Berdasarkan hasil pretest dan posttest terhadap subjek penelitian, diperoleh hasil yang signifikan pada peningkatan keterampilan smash pada bulutangkis. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa model latihan smash bulutangkis untuk atlet pemula efektif digunakan dan dapat meningkatkan hasil keterampilan smash bulutangkis.

Kata Kunci: latihan, smash, atlet, bulutangkis, pengembangan

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN DIPERSYARATKAN UNTUK
UJIAN TERBUKA DISERTASI/PROMOSI DOKTOR**

Promotor

Co-Promotor

Prof. Dr. Moch Asmawi, M.Pd.
Tanggal: 02-02-2022

Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd.
Tanggal: 08-02-2022

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Prof. Dr. Dedi Purwana, E. S., M.Bus.
Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
(Ketua)¹

09-02-2022

Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd.
Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani
(Sekretaris)²

08-02-2022

Nama : Asrori Yudha Prawira

No. Registrasi : 7217140055

Program Studi : S3 Pendidikan Jasmani

Tanggal Lulus :




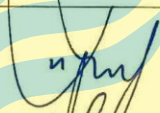

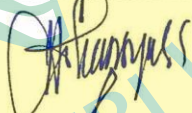

¹ Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

² Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN DISERTASI

SETELAH UJIAN TERTUTUP

Nama : Asrori Yudha Prawira
 No. Registrasi : 7217140055
 Angkatan : 2014 / 2015
 Program Studi : S3 Pendidikan Jasmani

No.	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Prof. Dr. Dedi Purwana, E. S., M.Bus. (Direktur/Ketua)		09-02-2022
2.	Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd. (Koordinator Prodi/Sekretaris/Co-promotor)		08-02-2022
3.	Prof. Dr. Moch Asmawi, M.Pd. (Promotor)		04-02-2022
4.	Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd. (Penguji)		08-02-2022
5.	Prof. Dr.dr. James Tangkudung, SportMed, M.Pd. (Penguji)		04-02-2022
6.	Dr. Johansyah Lubis, M.Pd (Penguji)		07-02-2022
7.	Dr. Dindin Abidin, M.Si., AIFO (Penguji Luar)		03-02-2022

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Asrori Yudha Prawira
NIM : 7217140055
Tempat/ Tanggal Lahir : Jakarta/ 19 April 1988
Program : Magister/ Doktor
Program Studi : Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul "Pengembangan Model Latihan *Smash* Bulutangkis Untuk Pemain Pemula". Merupakan karya sendiri tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Februari 2022



Asrori Yudha Prawira
NIM. 7217140055



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ASRORI YUDHA PRAWIRA
NIM : 7217140055
Fakultas/Prodi : S3 / Pendidikan Jasmani PPS UNJ
Alamat email : asrori.yudhaprawira@dsn.uibharajaya.ac.id

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul : Pengembangan Model Latihan Smash
Bulutangkis Untuk Pemain Pemula

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 21 Februari 2022

Penulis

ASRORI YUDHA PRAWIRA
nama dan tanda tangan

RINGKASAN

Pemerintah Indonesia menunjukkan perhatian cukup besar terhadap olahraga setelah kemerdekaan Indonesia dengan memposisikan pendidikan jasmani dan olahraga sebagai landasan bagi realitas kebijakan dalam dan luar negeri dalam konteks *nation building*, sekaligus pembentukan watak bangsa sebagai identitas. Bentuk perhatian Pemerintah Indonesia terwujud dengan memberi ruang lingkup bagi pelaku olahraga dan bisa menjadi payung hukum bagi pelaku olahraga untuk melakukan aktifitas olahraga yang sesuai dengan bakat dan minat pelaku olahraga. Ruang lingkup olahraga tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 17 yang menyebutkan bahwa ruang lingkup olahraga meliputi olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi.

Permainan bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga kebanggaan bangsa Indonesia, karena cabang olahraga inilah yang mampu meraih medali emas Olympiade, sehingga prestasi ini harus dipertahankan dan ditingkatkan dimasa mendatang. Perlu adanya peran serta masyarakat, lembaga pendidikan dan perkumpulan – perkumpulan bulutangkis kearah pengembangan dan peningkatan mutu dari cabang olahraga ini. hal tersebut berbanding terbalik dengan keterampilan pemain di lapangan. Dari beberapa klub olahraga di masing-masing daerah, menunjukkan latihan teknik dasar *smash* hanya berfokus pada peningkatan teknik *smash* saja, tanpa memperhatikan kondisi fisik penunjang teknik *smash*. Selain itu latihan yang dilakukan hanya bermodal ingatan pelatih yang pernah pelatih lakukan pada waktu jadi pemain. Lebih parahnya, latihan keterampilan *smash* yang dilakukan tanpa ada program latihan. Hal ini tentu memberikan dampak yang tidak bagus terhadap kemampuan pemain bulutangkis untuk perkembangan kemampuan. Hal tersebut dibenarkan oleh salah satu pelatih club Jaya Raya Ragunan disebabkan kurang variasi dan terprogram yang menunjukkan bahwa latihan *smash* yang dilakukannya tiap latihan itu sama, perbedaannya hanya target dan lamanya latihan memukul *shuttlecock* yang bervariasi, tergantung dari jumlah pemain bulutangkis yang hadir pada hari itu.

Berdasarkan fakta dan masalah ini, model latihan *smash* yang sering dilakukan pelatihan kurang bervariasi dan tidak terprogram dengan baik, sehingga atlet pemain cenderung pasif dan tidak termotivasi untuk berlatih *smash* bulutangkis. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah membuat model latihan *smash* bulutangkis dan menguji

efektifitas model latihan smash untuk meningkatkan kemampuan atlet dalam berlatih dan juga prestasi atlet.

Research Method

Pada dasarnya penelitian ini bertujuan antara lain (1) mengembangkan produk dan (2) menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan. Prosedur pengembangan menggunakan metode Borg dan Gall (1983) dengan Sembilan tahapan, antara lain: (1) penelitian dan pengumpulan data, (2) Perencanaan, (3) pengembangan produk awal, (4) uji coba lapangan awal, (5) merevisi hasil uji coba, (6) uji coba lapangan utama, (7) penyempurnaan produk hasil uji lapangan, (8) uji pelaksanaan lapangan, dan (9) penyempurnaan produk akhir (Aka, 2019). Penelitian ini telah dilaksanakan bulan Februari 2021 sampai April 2021. Sampel penelitian ini adalah 30 atlet pemula bulutangkis dengan kategori usia 12-14 tahun. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan adalah analisis data kualitatif dengan persentase dan kuantitatif dengan uji rata-rata, uji normalitas, dan uji efektifitas.

Results and Discuccion

Results

Berdasarkan hasil uji kelayakan model latihan smash pada permainan bulutangkis yang dilakukan diperoleh skor *pretest* sebesar 596 Dengan persentase 49,67% dari skor maksimal 1200, dan *posttest* sebesar 1036 dengan persentase 86,33% dan selisih antara *pretest* dan *posttest* sebesar 440 dengan persentase 36.67%. Hasil penelitian, diperoleh nilai rata-rata terhadap efektifitas model smash bulutangkis untuk pemula usia 12-14 tahun ditujukan pada tabel berikut

Tabel 1 Nilai Rata-rata

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre_Test	19.86	30	9.272	1.382
	Post_Test	34.53	30	9.129	1.361

Berdasarkan hasil *output* dengan menggunakan SPSS 25 bahwa nilai rata-rata hasil latihan smash bulutangkis sebelum diberikan model latihan sebesar 19.86 dan setelah diberikan perlakuan dengan model latihan sebesar 34.53. Artinya bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata smash. Langkah selanjutnya, menghitung uji normalitas antara tes awal dan tes akhir yang tersaji pada tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Uji Normalitas

	Smash	Kolmogorov-Smirnov ^a		
		Statistic	df	Sig.
Hasil	<i>Pre-test</i>	.192	30	.200
	<i>Post-test</i>	.244	30	.200
a. Lilliefors Significance Correction				

Berdasarkan hasil *output* tabel di atas bahwa uji normalitas latihan smash sebelum sebesar 0.192 dan sesudah diberikan model latihan 0.244 adalah dengan p-value $0.200 > 0.05$. Dengan demikian, hasil kesimpulan adalah distribusi normal. Selanjutnya, menghitung signifikansi perbedaan antara tes awal dan tes akhir yang tersaji pada tabel 3 berikut ini.

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre_Test - Post_Test	14.667	12.008	1.790	42.941	35.726	21.974	29	.000

Tabel 3 Signifikansi Perbedaan

Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 25 didapat hasil t-hitung = 21.97, df = 29, dan p-value = $0.000 < 0.05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan latihan smash sebelum dan sesudah adanya perlakuan model latihan smash bulutangkis untuk atlet pemula. Sehingga, dapat dikatakan bahwa model latihan smash bulutangkis untuk pemula usia 12-14 tahun yang telah dikembangkan efektif dapat meningkatkan keterampilan pukulan smash bulutangkis bagi atlet pemula.

Discussion

Sejalan dengan hipotesis, penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa hasil keefektifan model yang dikembangkan dinyatakan efektif digunakan. Berdasarkan dari hasil perbandingan antara nilai pretest dan posttest yang diberikan kepada atlit pemula usia 13-15 tahun diperoleh hasil didapat hasil t -hitung = 21.97, df = 29, dan p -value = $0.000 < 0.05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan latihan smash atlit sebelum dan sesudah adanya perlakuan model latihan smash permainan bulutangkis. Dengan kata lain, model latihan smash telah terbukti dapat meningkatkan performa atlit ketika latihan dalam permainan bulutangkis.

Dalam dunia olahraga terutama untuk olahraga bulutangkis, banyak sekali model latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan atlit. Untuk model latihan smash dengan dapat membantu pelatih untuk melakukan penyesuaian gerakan terhadap atlit yang baru latihan dengan smash bulutangkis. Pukulan *smash* adalah melakukan pukulan *smash* dengan mengayunkan raket, perkenaan daun raket seluruhnya, tegak lurus antara daun raket dengan datangnya *shuttlecock*, sehingga pukulan itu dilakukan secara penuh, terutama keterampilan pergelangan tangan dan keseimbangan badan untuk menjaga posisi agar tetap berdiri tegak Gazali dan Cendra (2019). Meskipun demikian, tidak jarang model latihan ini dapat digunakan oleh para atlit dan pelatih untuk penyaringan bakat dan untuk mendukung proses pembinaan dan pengembangan atlet. Seperti hasil penelitian Wira dan Karyono yang mengatakan bahwa untuk menjadi pemain bulutangkis yang baik dan berprestasi dituntut menguasai teknik dasar bulutangkis melalui penggunaan model latihan yang digunakan untuk melatih teknik pukulan smash (Wiratama & Karyono, 2017)

Selanjutnya, penelitian ini juga membuktikan bahwa model latihan smash pada permainan bulutangkis ini dapat membantu pelatih dalam menyampaikan materi latihan smash bulutangkis untuk pemula usia 12-14 tahun dan meningkatkan kemampuan smash atlit. Kemudian, model latihan ini dilakukan dari hal yang mudah dilakukan hingga hal yang sulit dilakukan, sehingga meningkatkan keaktifan dan antusias dalam latihan smash bulutangkis.

Conclusion

Hasil penelitian mengkonfirmasi bahwa model latihan smash pada permainan bulutangkis dapat digunakan untuk atlit pemula usia 12-14 tahun. Oleh karena itu, dapat digunakan oleh pelatih dan atlet untuk dapat dimasukkan ke dalam program latihan.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Disertasi yang berjudul: Pengembangan Model Latihan Smash Bulutangkis untuk pemain pemula. Disertasi ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Doktor Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (UNJ).

Penulis menyadari bahwa Disertasi ini dapat diselesaikan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis berterima kasih kepada semua pihak yang telah secara langsung dan tidak langsung memberikan kontribusi dalam penyelesaian Disertasi ini.

Secara khusus pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd. dan Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd. sebagai promotor dan co-promotor yang telah membimbing dan meluangkan waktu serta mengarahkan penulis selama penyusunan Disertasi ini dari awal hingga selesai.

Ucapan terima kasih juga peneliti sampaikan kepada. Rektor Universitas Negeri Jakarta, Prof. Dr. Komaruddin, M.Si. dan Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, Prof. Dr. Dedi Purwana E.S, M.Bus, beserta jajarannya pada Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Tak lupa penulis berterima kasih kepada Koordinator Program Studi Doktor Pendidikan Jasmani, Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd. beserta seluruh dosen dan staf administrasi Pascasarjana UNJ yang telah memberi semangat dan bantuan sehingga Disertasi ini dapat diselesaikan. Kemudian, terima kasih yang tak terhingga kepada

sahabat-sahabat dan keluarga besar Doktor Pendidikan Jasmani Pascasarjana UNJ angkatan 2014/2015 serta seluruh rekan-rekan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang membantu penulis menyelesaikan Disertasi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada ayahanda dan ibunda, istriku dan anakku tercinta dengan setia serta kesabarannya memberikan dukungan moral, doa dan semangat dalam penyelesaian Disertasi ini.

Peneliti menyadari bahwa disertasi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun dibutuhkan sebagai pengembangan keilmuan di masa mendatang. Semoga disertasi ini dapat memperkaya dan mengembangkan ilmu pengetahuan bagi masyarakat umum, khususnya dalam dunia olahraga.

Jakarta, Januari 2022

AYP

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERBAIKAN	v
LEMBAR PERNYATAAN	vi
RINGKASAN	vii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	14
C. Rumusan Masalah	14
D. Kegunaan hasil penelitian	14
E. Kebaharuan Penelitian (State of the art)	15
BAB II KAJIAN TEORITIK	
A. Konsep Pengembangan Model	17
1. Model Pengembangan ADDIE	21
2. Model Pengembangan Instruksional (MPI)	23
3. Model Pengembangan IDI	24
4. Model Pengembangan Dick and Carey	25

5. Model Pengembangan Sugiyono	27
6. Model Pengembangan Borg and Gall.....	30
B. Konsep Model yang Dikembangkan	37
1. Pengertian Model	37
2. Model Latihan.....	39
C. Kerangka teoritik.....	42
1. Belajar Gerak	42
2. Keterampilan Gerak (Motor Skill)	49
3. Pengertian Latihan	52
4. Bulutangkis.....	60
5. Smash	62
D. Karakteristik Atlet.....	76
E. Rancangan Model.....	78
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian	83
B. Tempat dan Waktu Penelitian	83
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	84
D. Pendekatan dan Model Pengembangan.....	84
E. Langkah-langkah Pengembangan Model	85
1. Penelitian Pendahuluan	85
2. Perencanaan Pengembangan Model	85
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model	88
4. Implementasi Model	91
F. Pengumpulan dan Analisis Data.....	
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengembangan Model	96
1. Hasil Analisis Kebutuhan	96
2. Draft Produk yang Dikembangkan	98
B. Kelayakan Model.....	100
1. Hasil Uji Coba Tahap I / Kelompok Kecil	101
2. Hasil Uji Coba Tahap II / Kelompok Besar	106
C. Uji Efektifitas Model	110

D. Pembahasan	119
1. Penyempurnaan Produk	119
2. Keterbatasan Produk	120
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Kesimpulan	121
B. Implikasi	121
C. Saran	122
DAFTAR PUSTAKA	124
LAMPIRAN-LAMPIRAN	129



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori Usia Berdasarkan Sistem Kejuaran PBSI.....	77
Tabel 4.1 Hasil Analisis Kebutuhan	97
Tabel 4.2 Konsep Draft Awal Model Latihan Smash Bulutangkis Berbasis Permainan untuk pemula.....	98
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas.....	101
Tabel 4.4 Hasil Uji Ahli Kelompok Terbatas Terhadap Model Latihan Smash Bulutangkis Untuk Pemula	102
Tabel 4.5 Hasil Uji Ahli Kelompok Besar	107
Tabel 4.6 Program Latihan Harian.....	111
Tabel 4.7 Hasil Penilaian Tes Smash Bulutangkis	112
Tabel 4.8 Uji Normalitas Kelompok Perlakuan.....	113
Tabel 4.9 Uji Normalitas Kelompok Kontrol	114
Tabel 4.10 <i>Paired Samples Statistics</i> Kelompok Perlakuan	114
Tabel 4.11 <i>Paired Samples Correlations</i> Kelompok Perlakuan	114
Tabel 4.12 <i>Paired Samples Test</i> Kelompok Treatment	115
Tabel 4.13 <i>Paired Samples Statistics</i> Kelompok Perlakuan	115
Tabel 4.14 <i>Paired Samples Correlations</i> Kelompok Kontrol	116
Tabel 4.15 <i>Paired Samples Test</i> Kelompok Kontrol	116
Tabel 4.16 Data Selisih Kelompok <i>Post Test</i> Kelompok Perlakuan Dan Kontrol	117
Tabel 4.17 <i>Test of Homogeneity of Variances</i>	118
Tabel 4.18 <i>Test Group Statistics</i>	118
Tabel 4.19 Independent Samples Test 134	118

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1	<i>Road Map</i> Penelitian Model Latihan <i>Smash</i> Bulutangkis Untuk Pemain Pemula.....13
Gambar 2.1	Model ADDIE.....21
Gambar 2.2	Tahapan MPI.....23
Gambar 2.3	<i>Instruction Design R and D</i>26
Gambar 2.4	Langkah-langkah Metode <i>Research and Development</i>28
Gambar 2.5	<i>Instruction Design R and D</i>31
Gambar 2.6	<i>The Study of Motor Skill Encompasses Three Component Influencing Performances</i>51
Gambar 2.7	Rangkaian teknik dasar gerakan <i>smash</i>63
Gambar 2.8	Tahap Pelaksanaan dan Gerak Lanjutan64
Gambar 2.9	Pegangan Raket <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i>67
Gambar 2.10	<i>Footwork</i>69
Gambar 2.11	Pergerakan dari posisi depan ke belakang dan posisi belakang ke depan KA (kanan), dan KI (kiri).70
Gambar 2.12	Pergerakan dari posisi tengah ke samping dan posisi tengah ke belakang KA (kanan), dan KI (kiri)70
Gambar 2.13	Tahapan Gerak Dasar Pukulan <i>Smash</i>74
Gambar 2.14	<i>Instructional Design R and D</i>79
Gambar 2.15	Rancangan Model <i>Smash</i> Bulutangkis Peneliti82
Gambar 3.1	Lapangan untuk Tes Awal dan Tes Akhir94

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	Keterangan Validasi Ahli129
Lampiran 2	Instrumen Penelitian.....133
Lampiran 3	Program Latihan137
Lampiran 4	Model Latihan144
Lampiran 5	Dokumentasi Penelitian.....181
Lampiran 6	Surat Ijin Penelitian.....188
Lampiran 7	Surat Keterangan Penelitian.....191
Lampiran 8	Daftar Riwayat Hidup194

