

**Analisis Teknik Dasar Pukulan *Lob* Atlet Tunggal Putri Indonesia
Pada Olimpiade Tokyo 2020**



**IRAWAN ADI PRAMONO
1602617083**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FEBRUARI, 2022**

ANALISIS TEKNIK DASAR PUKULAN *LOB* ATLET TUNGGAL PUTRI INDONESIA PADA OLIMPIADE TOKYO 2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsistensi kedalaman arah pukulan *lob* yang dilakukan Atlet Tunggal Putri Indonesia Pada Olimpiade Tokyo 2020. Pengambilan data ini diambil melalui media video *youtube*. Metode penelitian ini menggunakan metode *survei documenter* dihitung dari setiap pertandingan dan tingkat keberhasilan pukulan *lob* yang dilakukan. Instrumen penelitian ini menggunakan blangko penelitian yang digunakan untuk mengetahui jenis pukulan *lob* yang dilakukan dan keberhasilan dalam melakukan pukulan *lob*. Populasi dalam penelitian ini adalah video seluruh pertandingan kategori Tunggal Putri Pada Olimpiade Tokyo 2020. Pemilihan sampel pada penelitian ini yaitu 3 (tiga) video pertandingan Gregoria Mariska Atlet Tunggal Putri Indonesia yang bertanding pada Olimpiade Tokyo 2020. Dari seluruh aktivitas *lob* yang dilakukan Atlet Tunggal Putri diperoleh persentase keberhasilan dan kegagalan pukulan *lob* yaitu, dengan persentase keberhasilan 72% dan persentase kegagalan 28%. Persentase keberhasilan dan kegagalan pukulan *lob* tinggi atau *deep lob* yang dilakukan yaitu dengan presentase tingkat keberhasilan 67% dan tingkat kegagalan 33%. Presentase keberhasilan dan keggagalan pukulan *lob* serang atau *attacking lob* yang dilakukan yaitu dengan presentase tingkat keberhasilan 78% dan tingkat kegagalan 22%. Berdasarkan penelitian ini menunjukkan bahwa belum adanya konsistensi kedalaman arah pukulan *lob* Tunggal Putri Indonesia Pada Olimpiade Tokyo 2020.

Kata Kunci: *Lob*, Analisis, Bulutangkis

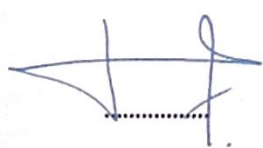
**ANALYSIS OF BASIC TECHNIQUES LOB OF THE WOMEN'S
INDONESIAN SINGLE ATHLETE AT THE TOKYO OLYMPIC 2020**

ABSTRACT


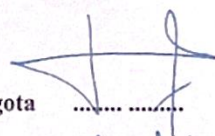
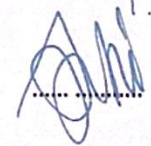
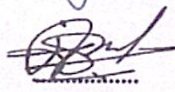
This study aims to determine the consistency of the depth of the lob stroke made by the Indonesian Women's Singles Athlete at the 2020 Tokyo Olympics. This data collection was taken through youtube video media. This research method uses a documentary survey method that is calculated from each match and the success rate of lob strokes. This research instrument uses research blanks that are used to determine the type of lob shot made and the success in doing the lob shot. The population in this study were videos of all women's singles category matches at the 2020 Tokyo Olympics. The sample selection in this study were 3 (three) videos of the Indonesian Women's Singles Athlete Gregoria Mariska competing at the 2020 Tokyo Olympics. From all lob activities carried out by the Women's Singles Athlete the percentage of success and failure of the lob is obtained, with a success percentage of 72% and a failure percentage of 28%. The percentage of success and failure of high lob shots or deep lobs carried out is with a success rate of 67% and a failure rate of 33%. The percentage of success and failure of the attacking lob or attacking lob made is with a success rate of 78% and a failure rate of 22%. Based on this research, it shows that there is no consistency in the depth of the Indonesian Women's Singles lob stroke at the 2020 Tokyo Olympics.

Keywords: Lob, Analysis, Badminton

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		18/22
<u>(Drs. Endang Darajat, M.KM.)</u> NIP. 19680604 199403 1 002		/02

Pembimbing II		15/02/22
<u>(Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.)</u> NIP. 19850618 201504 1 002	

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>(Dr. Tirta Aprivanto, S.Pd., M.Si.)</u> NIP. 19700417 199903 1 002	Ketua		19-02-22
2. <u>(Lita Mulia, S.Pd., M.Pd.)</u> NIDN. 003 01286 07	Sekretaris		09/02/22
3. <u>(Drs. Endang Darajat, M.KM.)</u> NIP. 19680604 199403 1 002	Anggota		18/22
4. <u>(Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.)</u> NIP. 19850618 201504 1 002	Anggota		/02
5. <u>(Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd.)</u> NIP. 19740402 200501 1 003	Anggota		15/02/22
		
			08/02/22
		

Tanggal Lulus : Rabu, 02 Februari 2022

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana baik di Universitas Negeri Jakarta maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya

Jakarta, 04 Februari 2022

Yang membuat Pernyataan



Irawan Adi Pramono
NIM.1602617083



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 : Irawan Adi Pramono
NIM : 1602617083
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan/Pendidikan Keperawatan Olahraga
Alamat email : Irawanadi1999@gmail.com

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 :
ANALISIS TEKNIK DASAR PUKULAN *LOB* ATLET TUNGGAL PUTRI INDONESIA
PADA OLIMPIADE TOKYO 2020

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, 25 Februari 2021

Penulis

(Irawan Adi Pramono)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, Karna atas berkat karunia dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dengan tujuan untuk memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada; Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd.** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Bapak **Drs. Endang Darajat, M.KM.** selaku Dosen pembimbing I, Bapak **Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.** selaku Dosen pembimbing II, dan juga **Bapak Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing Akademik peneliti, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini. Kepada pihak yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang peneliti perlukan, serta Bapak, Mamah dan Keluarga peneliti yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan material maupun moral, dalam membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dan berkontribusi. Semoga skripsi ini menjadi manfaat bagi pihak yang membacanya dan bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, Februari 2022

IAP

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim, Dengan rahmat Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, puji syukur peneliti panjatkan atas rahmat dan karuniaNya atas selesainya skripsi ini dan juga kesempatan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan segala kekurangannya. Segala syukur kuucapkan kepadaMu Ya Rabb, karena sudah menghadirkan orang-orang berarti disekeliling saya. Yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi saya ini dapat diselesaikan dengan baik.

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua Orang Tua Tercinta Dan Tersayang

Terima kasih sebesar-besarnya saya ucapkan kepada kedua orang tua saya, Bapak dan Mamah yang selama ini udah selalu mendoakan saya, memberikan support, motivasi, dan telah merawat saya dari kecil sampai besar. Kelak cita-cita saya dan pencapaian saya akan menjadi persembahan yang paling mulia untuk Bapak dan Mamah, dan semoga dapat membahagiakan Bapak dan Mamah.

2. Dosen Pembimbing

Terima kasih kepada Bapak Drs. Endang Darajat, M.KM selaku dosen pembimbing 1 saya, Bapak Nur Fitrianto, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing 2 saya, dan Bapak Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik saya. Terima kasih atas bantuannya, nasehatnya, dan ilmunya yang selama ini dilimpahkan pada saya dengan rasa tulus dan ikhlas dalam membimbing saya selama ini sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi.

3. Sahabat Dan Orang-Orang Tercinta

Terima kasih untuk teman-teman Warung Rumpi 2017, KOP Bulutangkis UNJ, PERKOPIAN AKHIR ZAMAN, Kpl Kencleng dan kesayangan Saya Deha Rizka karena tanpa kalian masa-masa kuliah saya akan menjadi biasa-biasa saja. Maaf jika banyak salah dan terima kasih untuk support yang luar biasa, sampai saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
Halaman	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
Halaman	viii
DAFTAR TABEL	ix
Halaman	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
Halaman	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORITIK	9
A. Kerangka Teoritis.....	9
1. Hakikat Teknik Dasar.....	9
2. Hakikat Bulutangkis.....	10
3. Hakikat Pukulan <i>Lob</i>	31
4. Hakikat Permainan Tunggal.....	40
5. Kondisi Fisik.....	42

6. Hakikat Keterampilan Gerak.....	46
7. Sistem Energi dalam Permainan Bulutangkis.....	49
B. Kerangka Berpikir.....	54
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	56
A. Tujuan Penelitian.....	56
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	56
C. Metode Penelitian.....	56
D. Populasi dan Sampel.....	58
E. Teknik Pengumpulan Data.....	58
F. Instrumen Penelitian.....	60
G. Teknik Analisis Data.....	61
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	63
A. Deskripsi Data.....	63
B. Pembahasan.....	67
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	70
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Net dan Tiang Bulutangkis.....	13
2. Raket.....	14
3. Lapangan Bulutangkis.....	15
4. <i>Forehand Grip</i>	18
5. <i>Backhand Grip</i>	19
6. <i>Combination Grip</i>	20
7. <i>Footwork</i>	22
8. Pukulan <i>Drive</i>	27
9. Pukulan <i>Drive</i>	28
10. Pukulan <i>Smash</i> Memotong.....	30
11. Pukulan <i>Lob (Overhead Forehand)</i>	34
12. Pukulan <i>Lob (Overhead Forehand)</i>	35
13. Pukulan <i>Lob (Overhead Forehand)</i>	35
14. Otot Lengan.....	38
15. Momentum Gerak Melingkar.....	39
16. Diagram Jenis Pukulan <i>Lob</i>	64
17. Diagram <i>pie</i> Persentase Keberhasilan dan Kegagalan.....	64
18. Arah Pukulan <i>Lob</i> Match 1.....	68
19. Arah Pukulan <i>Lob</i> Match 2.....	68
20. Arah Pukulan <i>Lob</i> Match 3.....	68

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Kriteria Keberhasilan Jenis Pukulan <i>Lob</i>	28
2. Instrumen Penelitian.....	61
3. Hasil Rekapitulasi Keseluruhan Berhasil dan Gagal Teknik Pukulan <i>Lob</i>	63
4. Pertandingan (match) Babak Penyisihan Grup M.....	65
5. Berhasil dan Gagal Teknik Pukulan <i>Lob</i> Pertandingan Pertama.....	65
6. Berhasil dan Gagal Teknik Pukulan <i>Lob</i> Pertandingan kedua.....	65
7. Pertandingan (match) Babak 16 Besar.....	66
8. Berhasil dan Gagal Teknik Pukulan <i>Lob</i> Babak 16 Besar.....	66



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Lampiran Perhitungan Deskripsi Data	74
2. Dokumentasi Pengambilan.....	77
3. Lob Tinggi atau <i>Deep Lob</i>	78
4. Lob Serang atau <i>Attacking Lob</i>	79
5. Surat Keterangan Validasi.....	80
6. Surat Permohonan Izin Penelitian	82
7. Surat Izin Penelitian	83
8. Riwayat Hidup.....	84

