

**MODEL LATIHAN KELINCAHAN BERBASIS MEDIA DALAM
PERMAINAN BULUTANGKIS PADA MAHASISWA KOP
BULUTANGKIS UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

KRISNAWAN HARIYANTO

1601618023

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

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

FAKULTAS ILMU OLAHRAGA

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI, 2022

**MODEL LATIHAN KELINCAHAN BERBASIS MEDIA DALAM
PERMAINAN BULUTANGKIS PADA MAHASISWA KOP
BULUTANGKIS UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan kelincahan berbasis media dalam permainan bulutangkis pada mahasiswa KOP Bulutangkis Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini dilakukan dengan metode *research and development*, yaitu membuat model latihan agar mahasiswa lebih tertarik dan mudah, serta memberikan lebih banyak model dalam latihan guna meningkatkan hasil dari proses latihan. Penelitian ini membuat desain produk sebanyak 20 model yang telah diuji justifikasi oleh ahli bulutangkis dan ahli media. Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai bahan referensi atau acuan untuk meningkatkan keterampilan, keberhasilan, dan memberikan variasi kelincahan dalam melakukan kelincahan pada saat situasi permainan bulutangkis. Model latihan ini juga memberikan informasi pentingnya pemahaman mengenai kelincahan dalam meningkatkan performa mahasiswa di dalam permainan bulutangkis. Hasil penelitian ini untuk kedepannya diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk para pelatih dan mahasiswa yang akan mengembangkan model ini dan dapat meningkatkan kelincahan pada permainan bulutangkis.

Kata Kunci : Kelincahan, model latihan, media, permainan bulutangkis

**MEDIA-BASED AGILITY TRAINING MODEL IN BADMINTON
GAMES IN BADMINTON HEADING STUDENTS, STATE
UNIVERSITY OF JAKARTA**

ABSTRACT

This study aims to develop a media-based agility training model in badminton games in badminton KOP students of The State University of Jakarta. This research was conducted using *the research and development* method, which is to create an exercise model so that students are more interested and easier, and provide more models in training to improve the results of the training process. This research made product designs as many as 20 models that have been tested for justification by badminton experts and media experts. The purpose of this research is as a reference material or reference to improve skills, success, and provide a variety of agility in carrying out agility during badminton game situations. This training model also provides information on the importance of understanding agility in improving student performance in the badminton game. The results of this study in the future are expected to be a reference material for coaches and students who will develop this model and can increase agility in the badminton game.

Keywords : Agility, training model, media, badminton game

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
------	--------------	---------

Pembimbing I


Dr. Iwan Setiawan, M.Pd
 NIP. 197303052009121001



8/8 2022

Pembimbing II

KHAERONI, M.Pd
 NIP. 197308182002121001



8/8 2022

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
------	---------	--------------	---------

1. Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd
 NIP. 198601252020121003

Ketua



9/8 2022

2. Del Asri, S.Si, M.Pd
 NIP. 197508082000121001

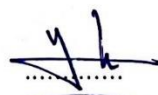
Sekretaris



9/8 2022

3. Dr. Iwan Setiawan, M.Pd
 NIP. 197303052009121001

Anggota



8/8 2022

4. KHAERONI, M.Pd
 NIP. 197308182002121001

Anggota



8/8 2022

5. Dr. Setyo Purwanto, M.Pd
 NIP. 197202192003121001

Anggota



9/8 2022

Tanggal Lulus : 4 Agustus 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya 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 tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 18 Juli 2022

Yang n

(Krisnawan Hariyanto)

No. Reg. 1601618023



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 : Krisnawan Hariyanto
NIM : 1601618023
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Alamat email : krisnawan4050@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 :

MODEL LATIHAN KELINCAHAN BERBASIS MEDIA DALAM PERMAINAN

BULUTANGKIS PADA MAHASISWA KOP BULUTANGKIS UNIVERSITAS

NEGERI JAKARTA

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, 19 Agustus 2022

Penulis

(Krisnawan Hariyanto)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan 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 Olahraga Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan selaku Dosen pembimbing I, Bapak **Khaeroni, M.Pd** selaku Dosen pembimbing II, serta Bapak **Del Asri, S.SI, M.Pd** selaku Pembimbing Akademik peneliti, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini, dan peneliti berterima kasih kepada Klub Olahraga Prestasi Bulutangkis Universitas Negeri Jakarta, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang peneliti perlukan, serta Ayah, Ibu dan Keluarga peneliti dan Sahabat-sahabat peneliti yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan material maupun moral, dalam membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, Juli 2022

KH



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Masalah	6
C. Perumusan Masalah	6
D. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIK	8
A. Konsep Pengembangan Model	8
1. Model Pengembangan Sugiyono	11
2. Model Pengembangan ADDIE	15
3. Model Pengembangan Borg & Gall	19
B. Konsep Model yang Dikembangkan	24
C. Kerangka Teoritik	25
1. Model Latihan	25
2. Kelincahan	27
3. Media	33
4. Bulutangkis	35
D. Rancangan Model	47
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	50
A. Tujuan Penelitian	50

B. Tempat dan Waktu Penelitan	50
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	50
D. Metode Penelitian	51
a. Analisis (<i>Analysis</i>)	53
b. Desain (<i>Design</i>)	53
c. Pengembangan (<i>Development</i>).....	54
d. Implementasi (<i>Implementation</i>)	54
e. Evaluasi (<i>Evaluation</i>).....	54
E. Langkah – Langkah Pengembangan Model.....	55
1. Penelitian Pendahuluan.....	55
2. Perencanaan Penelitian Model	55
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model.....	64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	67
A. Hasil Pengembangan Model.....	67
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	67
2. Model Final	70
B. Kelayakan Model.....	115
C. Pembahasan.....	138
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	139
DAFTAR PUSTAKA	141
Lampiran	145
RIWAYAT HIDUP.....	153

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Draft Model Awal.	56
Tabel 3.2. Daftar Nama Telaah Pakar Atau Para Ahli dalam Uji Validasi.....	65
Tabel 4.1. Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan.	68
Tabel 4.2. Rangkuman Hasil Evaluasi Dosen Ahli Bulutangkis.	117
Tabel 4.3. Rangkuman Hasil Evaluasi Pelatih Bulutangkis.....	124
Tabel 4.4. Rangkuman Hasil Evaluasi Dosen Ahli Media.....	131



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Metode <i>Research and Development</i> (R&D) Model Sugiyono.	11
Gambar 2.2. Model Pengembangan ADDIE.....	16
Gambar 2.3 Tahapan R & D Borg & Gall	20
Gambar 2.4. Pukulan <i>Servis</i> Bulutangkis.....	37
Gambar 2.5. Pukulan <i>lob</i> Bulutangkis	38
Gambar 2.6. Pukulan <i>Drive</i> Bulutangkis	39
Gambar 2.7. Pukulan <i>Dropshot</i> Bulutangkis	40
Gambar 2.8. Pukulan <i>Smash</i> Bulutangkis.....	40
Gambar 2.9. Pukulan <i>Netting</i> Bulutangkis.....	41
Gambar 2.10. Lapangan Bulutangkis.....	44
Gambar 2.11. Sepatu Bulutangkis.....	45
Gambar 2.12. Raket Bulutangkis	46
Gambar 2.13. <i>Shuttlecock</i> Bulutangkis	47
Gambar 3.1. Metode <i>Research and Development</i> (R&D) Model ADDIE	52
Gambar 3.2. Model Kelincahan maju silang memutar cone.....	71
Gambar 3.3. Model Kelincahan mundur silang memutar cone	73
Gambar 3.4. Model kelincahan melompati slop lari mengejar kock	75
Gambar 3.5. Model kelincahan maju menyentuh bendera.....	77
Gambar 3.6. Model kelincahan mundur menyentuh bendera	80
Gambar 3.7 Model kelincahan samping kanan menyentuh bendera.....	83
Gambar 3.8. Model kelincahan samping kanan menyentuh bendera.....	86
Gambar 3.9. Model kelincahan cone 3 titik maju mundur.....	89
Gambar 3.10. Model kelincahan cone 3 titik samping.....	91
Gambar 3.11. Model kelincahan mudur <i>jumping sprint</i> posisi kiri	93
Gambar 3.12. Model kelincahan mudur <i>jumping sprint</i> posisi kanan	95
Gambar 3.13. Model kelincahan menyentuh net	97
Gambar 3.14. Model kelincahan <i>jumping</i>	99
Gambar 3.15. Model kelincahan variasi <i>sprint</i> kanan.....	101
Gambar 3.16. Model kelincahan variasi <i>sprint</i> kiri.....	103
Gambar 3.17. Model kelincahan <i>jumping sprint</i>	105
Gambar 3.18. Model kelincahan <i>jumping</i> samping	107
Gambar 3.19. Model kelincahan zig-zag <i>sprint</i>	109
Gambar 3.20. Model kelincahan variasi menyentuh cone	111
Gambar 3.21. Model kelincahan <i>jumping</i> berurutan.....	114

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Dokumentasi simulasi model	145
Lampiran 2 Surat validasi ahli	148
Lampiran 3 Surat – surat.....	151

